

सहज ज्ञान

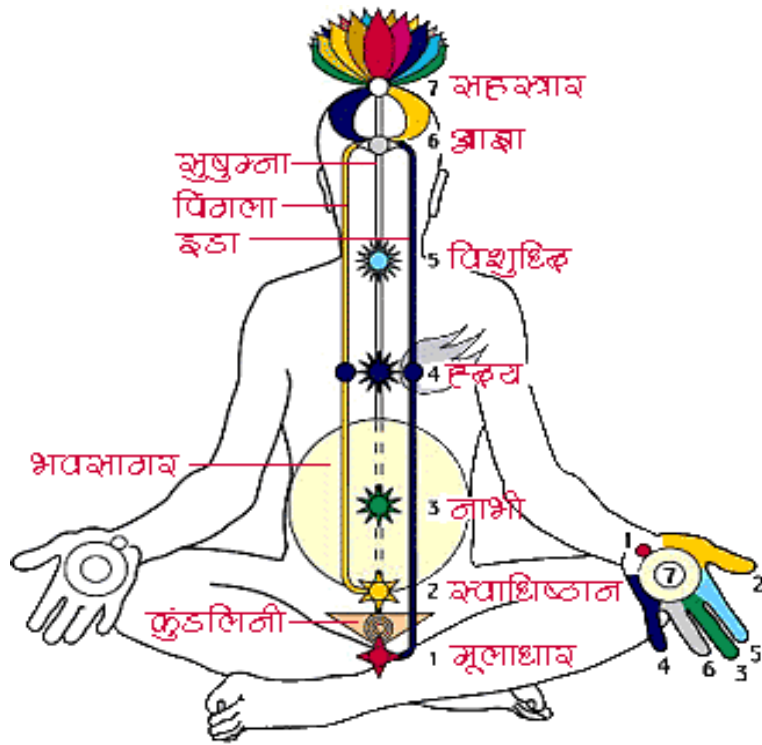


सहज ज्ञान

कुण्डलिनी शक्ति और सहजयोग

सृष्टा से हमारी एकाकारिता कराती है कुण्डलिनी! कुण्डलिनी परमात्मा की ही शक्ति है.. संपूर्ण शक्ति.. जो मनुष्य की रीढ़ की हड्डी के निचे के त्रिकोणी हिस्से (Sacrum bone) में साढ़े-तिन कुण्डलों में विद्यमान रहती हैं। आत्मसाक्षात्कारी गुरु या महापुरुष के संपर्क में आने पर ये कुण्डलिनी शक्ति जागृत हो जाती है और मनुष्य के शरीर के छः उर्जा केन्द्रों यानि चक्रों के अंदर से निकलकर सर के उपरी भाग में स्थित सातवे चक्र को भेद कर सृष्टा से हमारी एकाकारिता करा देती है। यह एक सहज घटना है, एक जिवंत क्रिया है! मानव के अध्यात्मिक विकास की अन्तिम अवस्था है। महायोग है.. सहजयोग है!

सूक्ष्म तंत्र (उत्क्रांति का मध्य मार्ग)



१) मूलाधार चक्र २) स्वाधिष्ठान चक्र ३) नाभि चक्र ३.अ) भवसागर चक्र ४) अनाहत चक्र
५) विशुद्धिचक्र ६) आज्ञा चक्र ७) सहस्रार चक्र

शरीर में नाडियाँ

१) इडा नाडी २) पिंगला नाडी ३) सुषुम्ना नाडी

ध्यान धारणा किस प्रकार करनी चाहिए



प्रातः काल उठें स्नान करके बैठ जायें। चाय यदि लेना चाहें तो ले लें , बातें न करें। प्रातः काल बिल्कुल बातें न करें, बैठ जाएँ और ध्यान करें। इस समय दैवी किरणे आती हैं, और उसके पश्चात सूर्योदय होता है। पक्षी भी इसी प्रकार जागते हैं और पुष्प भी। सभी इन दिव्य किरणों से जागते हैं। आप भी यदि संवेदनशील हैं तो आप महसूस करेंगे की सुबह उठने से आप अपनी आयु से दस वर्ष छोटे लगेंगे। प्रातः काल जागना इतनी अच्छी चीज़ हैं, और फिर स्वतः ही आप रात को जल्दी सो जायेंगे। यह जागने के विषय मैं है , सोने के विषय मैं मुझे बताने की कोई आवश्यकता नहीं क्योंकि सो तो आप जायेंगे ही।

प्रातः काल आप केवल ध्यान करें। ध्यान मैं अपने शांत करने का प्रयत्न करें। आँखें खोलकर मेरी फोटो को देखें और निश्चित रूप से अपने विचारों को शांत कर लें। विचारों को शांत करने के पश्चात ध्यान मैं जाएँ। विचारों को शांत करने के लिए "यीशु प्रार्थना " बहुत सहज चीज़ हैं क्योंकि विचारों की स्थिति आज्ञा स्थिति होती हैं। अतः प्रातः काल यीशु-प्रार्थना या श्री गणेशजी का मंत्र लेना याद रखें। दोनों एक ही बात है। आप ये भी कह सकते हैं, "कि मैंने क्षमा किया। " यह कार्य करता है और आप निर्विचार समाधि मैं चले जाते हैं। अब आप ध्यान करे। इस अवस्था से पहले ध्यान नहीं होता। अतः सर्वप्रथम आप निर्विचार चेतना मैं चले जाएँ , तभी अध्यात्मिक उत्थान आरम्भ होता है। निर्विचारिता की अवस्था प्राप्त करने के पश्चात, इससे पहले नहीं। आपको यह जान लेना चाहिए, तार्किकता के स्तर पर आप सहजयोग मैं उन्नत नहीं हो सकते। अतः निर्विचार अवस्था मैं स्थापित होना पहली आवश्यकता है। अभी आपको महसूस होगा की किसी विशेष चक्र मैं रुकावट बनी हुई है , इसे भूल जाएँ, भुला दीजियेइसे।

अब आप समर्पण आरम्भ करें। कोई चक्र पकड़ रहा है तो आपको कहना चाहिए - "श्री माताजी मैं आपके प्रति समर्पित हूँ।"

अन्य विधियां अपनाने के स्थान पर आप केवल इतना कह दीजिये। यह समर्पण तर्कयुक्त नहीं होना चाहिए। तर्क युक्ति से अब भी यदि आप ये सोचते हैं कि "मुझे ऐसा क्यों कहना चाहिए " तो कहने का कोई लाभ न होगा। आपके हृदय मैं यदि पवित्रता और प्रेम है तो यही सर्वोत्तम है। पावन प्रेम ही समर्पण है, अपनी सभी चिंताएँ अपनी माँ पर छोड़ दीजियें।

फिर भी यदि कोई विचार आ रहे है या आपका कोई चक्र पकड़ रहा है तो बस समर्पण कर दें। आप देखोगे कि आपका चक्र साफ़ हो गया है। प्रातः काल आप इधर-उधर न होते रहें , अपने हाथों को भी बहुत अधिक न हिलाएं। आप देखोगे कि ध्यान से ही आपके अधिकतर चक्र साफ़ हो गए हैं। अपने हृदय को प्रेम से भरने का प्रयत्न करें और हृदय कि गहराई में अपने गुरु को विराजमान करने कि कोशिश करें। जब गुरु आपके हृदय में विराजमान हो जाएँ तो पूर्ण श्रद्धा और समर्पण के साथ उन्हें प्रणाम करें।

आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने के पश्चात जो कुछ भी आप अपने मस्तिष्क से करते हैं वह मात्र कल्पना नहीं है। क्योंकि आपका मस्तिष्क, आपकी कल्पना सभी कुछ ज्योतिर्मय हो चुका है। अतः स्वयं को इस प्रकार बना लें कि अपने गुरु, अपनी माँ के श्री चरणों में नतमस्तक हो जाएँ। अब ध्यान-धारणा के लिए आवश्यक स्वभाव कि याचना करें। ध्यान- धारणा तभी होती है जब आपकी एकाकारिता परमात्मा

से हो.....।- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी
(१९-०१-१९८४)

❀ श्री माताजी निर्मला देवी

जन्म और बाल्यावस्था :



श्री माताजी का जन्म २१ मार्च १९२३ को छिंदवाडा, मध्य प्रदेश में एक ईसाई परिवार में हुआ। उनके पिता श्री प्रसादराव साल्वे और माता का नाम श्रीमती कोर्नेलिया साल्वे था। वे शालिवाहन राजवंश से प्रत्यक्ष रूप से संबंधित थे। श्री माताजी के जन्म के समय उनके निष्कलंक रूप को देखकर उन्हें 'निर्मला' नाम दिया, जिसका अर्थ होता है बिना किसी दोष के अर्थात् निर्दोष। बाद के वेशों में वे अपने अनुयायियों द्वारा श्री माताजी निर्मला देवी नाम से प्रसिद्ध हुई। पूजनीय माँ अपने पूर्ण आत्मसाक्षात्कार रूप में इस पृथ्वी में आए हैं ये उन्हें बहुत कम आयु में ही पता चल गया था। वे पूरी मानव जाती के लिए एक नायाब तोहफा आत्मसाक्षात्कार के रूप में लेकर आए हैं। उनके अभिभावकों ने भारत के स्वतंत्रता अभियान में बहुत ही महत्वपूर्ण भूमिका अदा की। उनके पिता के महात्मा गाँधीजी के साथ नजदीकी सम्बन्ध थे। वे स्वयं भी भारत के संविधान सभा के सदस्य थे उन्होंने स्वतंत्र भारत के प्रथम संविधान को लिखने में मदद की थी। उन्हें १४ भाषाओं का ज्ञान था। उन्होंने कुरान का मराठी अनुवाद किया था। श्री माताजी की माता प्रथम भारतीय महिला थी जिन्हें गणित में स्नातक की उपाधि प्राप्त हुई।

भारत के स्वतंत्रता अभियान में श्री माताजी की भूमिका :



श्री माताजी बचपन में अपने माता पिता के साथ गाँधीजी के आश्रम में रहा करती थी। गांधीजी ने उस बच्ची के विवेक और पांडित्य को देखकर उन्हें निरंतर बहुत बढ़ावा दिया। उनके नेपाली नैन-नक्ष्य को देखकर गांधीजी उन्हें 'नेपाली' कहते थे। इतने कम आयु में ही गहरी समझ होने के कारण गांधीजी से अध्यात्मिक मामलों में उनकी सलाह लिया करते थे।



श्री माताजी ने स्वतंत्रता संग्राम में बहुत बढ़-चढ़ कर हिस्सा लिया। उन्होंने बहुत साहस के साथ एक युवा नेत्री की भूमिका निभाई जो की अदम्य साहस से परिपूर्ण थी। १९४२ के दौर में गांधीजी ने असहयोग आन्दोलन की घोषणा की। उनके सक्रिय भागीदारिता के कारण श्री माताजी को अन्य स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों के साथ जेल भी जाना पड़ा।

श्री माताजी को जन्म से ही मनुष्य के सम्पूर्ण नाडी तंत्र का ज्ञान था। वे इसके उर्जा केन्द्रों के बारे में भी जानती थी। परन्तु इस सम्पूर्ण ज्ञान को वैज्ञानिक आधार देने हेतु तथा विज्ञान की शब्दकोष को जानने हेतु उन्होंने 'क्रिश्चियन मेडिकल कॉलेज, लाहौर' से दावा एवं मनोविज्ञान की पढ़ाई की।

Advice at Chelsham Road - चेलशम रस्ते पे दिए गए उपदेश



आपको जानना चाहिए कि आप मेरा प्रतिनिधित्व कर रहे हो, मेरे कुछ गुणों को अपने अंदर स्थापित करने की कोशिश कीजिये। आपको सबूरी दिखानी होगी। इसके लिए सबसे अच्छा साधन है कि आप प्रार्थना करें। सहजयोगियों के लिए प्रार्थना करना बहुत महत्वपूर्ण है। हृदय से प्रार्थना कीजिये।

१) सबसे पहले आपको श्री माताजी से शक्ति मांगनी है - श्री माताजी मुझे शक्ति प्रदान कीजिये, जिससे मैं वास्तविक बन सकूँ। मैं अपने आप को धोखा न दे सकूँ। हम अपने स्वयं को सुबह से शाम तक धोखा देते रहते हैं। श्री माताजी मुझे स्वयं को देखने की शक्ति प्रदान कीजिये। ऐसा पूर्ण हृदय से कहिये कि मैं स्वयं को सूधारने (परिवर्तन करने) की पूर्ण कोशिश करूँगा। यह सभी कमियाँ आपके स्वयं की नहीं हैं, ये सब बाहर में हैं और ये सभी बाहर चली जायेंगी तो आप ठीक हो जायेंगे।

२) अब आप क्षमा के लिए प्रार्थना करें और कहें कि श्री माताजी मुझे क्षमा कर दीजिये, क्योंकि मैं अज्ञानी हूँ, मुझे पता नहीं कि मुझे क्या करना है। मैं गलतियाँ करता रहता हूँ, इसीलिए श्री माताजी आप मुझे क्षमा कर दीजिये।

३) सबसे पहली चीज़ है क्षमा प्रार्थना और दूसरी चीज़ है मधुर वाणी का माँगना। श्री माताजी मुझे मधुर वाणी प्रदान कीजिये। श्री माताजी मुझे ऐसी प्रेरणा दीजिये जिससे मैं दूसरों के लिए आदान-प्रदान का मध्यम बन सकूँ, दुसरे मेरी इज्जत करें, मुझे पसंद करें, और मेरी उपस्थिति को पसंद करें।

४) श्री माताजी मुझे शक्ति प्रदान कीजिये, श्री माताजी मुझे प्रेम दीजिये, श्री माताजी मुझे प्रकृति की सुन्दरता प्रदान कीजिये, श्री माताजी मुझे सूझ-बुझ की सुन्दरता प्रदान कीजिये जिस से सभी लोग मुझे प्रेम करें, मुझे चाहें। श्री माताजी मुझे मेरी आत्मा की सुरक्षा प्रदान कीजिये जिससे मैं स्वयं को असुरक्षित महसूस न करूँ, जिससे दूसरों को मेरी वजह से दिक्कत न हो। श्री माताजी मुझे आत्म-सन्मान प्रदान कीजिये, जिससे मैं स्वयं को छोटा ना महसूस करूँ, और दुसरे मुझे छोटा ना समझें। श्री माताजी मुझे शक्ति प्रदान कीजिये जिससे मुझमें साक्षी भाव आयें।

५) श्री माताजी मुझे संतुष्ट कर दीजिये, मैं जो भी हूँ, मेरे पास जो कुछ भी है, मैं जो भी खता हूँ, उन सभी से मैं संतुष्ट रहूँ। मेरे चित्त को इन सभी चीजों से बाहर कर दीजिये। (अगर आपका चित्त आपके पेट पर है तो आपको लीवर समस्या हो जायेगी चाहें आप कुछ भी करें)। अगर मेरा चित्त ऐसी चीजों में भटकता है तो श्री माताजी मुझे मेरे चित्त को वापस लाने की शक्ति प्रदान कर दीजिये। मैं ऐसी वस्तुओं में फँसने से बच सकूँ जो मेरे चित्त को अपनी ओर खींचती हैं। श्री माताजी कृपया मुझे चित्त-निरोध शक्ति प्रदान कीजिये।

६) श्री माताजी कृपया मेरे विचारों को रोक दीजिये। मुझे साक्षी भाव प्रदान कीजिये, जिससे मैं यह नाटक देख सकूँ। मैं कभी भी किसी की बुराई ना करूँ और ना ही किसी को निचा दिखाओं मैं देख सकूँ के दुसरे व्यक्ति मुझसे खुश क्यों नहीं हैं। श्री माताजी कृपया मुझे शक्ति दीजिये जिससे मेरी वाणी मधुर हो, मेरी प्रकृति मधुर हो, जिससे दुसरे लोग मुझे पसंद करें और मेरे साथ रह कर आनंद उठायें। आपको हृदय से प्रार्थना करनी होगी।

७) श्री माताजी मुझे फूल की तरह बना दीजिये, कांटे की तरह नहीं। आपको हृदय से प्रार्थना करनी होगी। यह सभी प्रार्थना आपको मदद करेंगी। उसके बाद सबसे महत्वपूर्ण प्रार्थना करनी होगी कि श्री माताजी मुझे अंकार से दूर कर दीजिये, जो मुझे यह विचार देता है कि मैं दूसरों से बड़ा हूँ, जो मुझसे मेरी विनम्रता चीन लेता है।

८) श्री माताजी कृपया मुझे ऐसी ऐसी नम्रता प्रदान कर दीजिये जिससे मैं दूसरों के हृदय को जीत सकूँ। आप सिर्फ अपना सिर झुकाइए और सीधा हृदय की ओर जायेंगे। जैसे ही आप अपना सिर झुकायेंगे, वहीं पर हृदय है जहाँ आपके आत्मा का वास है। आत्मा के साथ जुड़ जाइये।

९) इस बात को समझने की कोशिश करिए कि इन बुराइयों का चले जन बहुत जरूरी है। उपरोक्त बातों (बुराइयों) से बचने के लिए हमें प्रार्थना करनी है और सहायता मांगनी है। हृदय से प्रार्थना करना बहुत बड़ी बात है।

१०) हे परमात्मा हमें इतनी शक्ति प्रदान कीजिये कि मैं कभी-कभी अपनी माँ (श्री माताजी) को खुश कर सकूँ। मैं अपनी माँ को खुश करना चाहता हूँ। मैं अपनी माँ को खुश देखना चाहता हूँ।

एक ही चीज़ मुझे खुशी दे सकती है और वह है कि जैसा प्यार मैंने आपसे किया है, वही प्यार आप एक दुसरे से करें - श्री माताजी निर्मला देवी

❧ अबोधिता का आनंद उठाना चाहिए



निष्कपटता शिव का एक गुण है। बाल सम वे अबोध हैं। वे साकार अबोधिता हैं। हमें अपनी विषयों, सक्रियों को अबोधिता कि सागर में डुबो देना है। अबोधिता को समझ कर, महत्त्व देकर इसका आनंद उठाना चाहिए। पशु तथा बच्चे अबोध होते हैं। इन सब बातों पर चिन्त दें। सड़क पर चलते हुए आपको क्या देखना चाहिए? आप अपनी दृष्टि पृथ्वी से केवल तीन फुट ऊँची रखें। इस ऊँचाई पर आपको फूल, हरी घास और बच्चे दिखाई पड़ेंगे। तीन फुट से ऊँचे लोगों को देखने की आवश्यकता ही नहीं। जो व्यक्ति अबोध नहीं उसकी टांगो तक आप चाहे देख लें लेकिन उसकी आँखों में न देखें। इस इच्छा को अबोधिता में लीन कर दें। मूलाधार अबोधिता हैं तथा पवित्र धर्म परायणता। यह श्री गणेश का गुण हैं। मनुष्य के भाँति इस विश्व में रहते हुए, चाहे आप बालक न भी हो तो भी अभी तक आप अबोध हैं।

जैसे एक बार श्री कृष्ण की सोलह-हज़ार और पाँच पत्नियों ने एक प्रसिद्ध महात्मा को मिलना चाहा। रास्ते में नदी में बाढ़ के कारण वे उसे पार नहीं कर पाई। वापिस आकर उन्होंने श्री कृष्ण से नदी पार करने की विधि पूछी। तो श्री कृष्ण ने उनसे कहा कि नदी से जाकर कहो कि "यदि श्री कृष्ण योगेश्वर हैं और ब्रम्हचारी भी, तो पानी नीचे आ जाए।" नदी से इस प्रकार कहने पर नदी का पानी घट गया। अतः संसार में पति - पत्नी आदि की तरह रहते हुए भी आप अबोध हो सकते हैं। यही पवित्रता कि निशानी है।

-परमपूज्य माताजी श्री निर्मलादेवी(इटली, १७/०२/१९९१)

❧ Innocence - अबोधिता



ध्यान में बढ़ने के लिए एक गुण बहुत जरूरी है। बहुत ही जरूरी है। उसको कहते हैं innocence-भोलापन, स्वच्छ, एक छोटे बच्चों जैसा-innocent child, इसीलिए आपने देखा है की छोटे बच्चे फट से पार हो जाते हैं। चालाक लोग, cunning लोग, अपने को जो बहुत होशियार समझते हैं, वो नहीं पाते। पूर्णतया innocent होना चाहिये। कोशिश करनी चाहिये।

किसी को दुःख देना भी, किसी को तकलीफ देना भी innocence के विरोध में है। किसी के हृदय में चोट लगे, वो आदमी innocent नहीं हो सकता। Innocence का मतलब ही ये होता है की फूल की जैसे खिली हुई चीज़ हो सिर्फ दुनिया को सुगंध ही देती है। किसी को भी तकलीफ या दुःख देना नहीं चाहिये। हाँ कभी-कभी लोग उनकी मुखता की वजह से किसी चीज़ को दुःख मान लेते हैं - वो ठीक है। पर अपनी तरफ से आप निश्चित हो करके कभी भी किसी को दुःख या तकलीफ नहीं देना चाहिये।

आपके पास तो innocence का switch है नहीं; दया का switch है नहीं; शान्ति का switch है नहीं। यह सब switches आपके अंदर अभी तक लगे नहीं है। पहले आप सब अपने देवता जगा दीजिये, अंदर में जो बैठे हुए हैं, फिर उसके एक-एक सारे सब के switch भी लग जायेंगे।

पर सबसे आसान innocence का switch लगाना है, क्योंकि हम लोग एक बार बहुत innocent थे जब हम लोग पैदा हुए थे। छोटे बच्चों के साथ रहने से innocence आता है। उनके साथ बात करने से बहुत innocence आता है। उनकी बातें याद करने से बहुत innocence आता है। जो लोग innocent हो जाते हैं, वो परमात्मा के राज्य के अधिकारी हो जाते हैं।

ध्यान में सिर्फ आप ही अपनी ओर विचार करें की मेरा मन इस वक्त में कोनसी चालाकी में लग रहा है इधर-उधर। महामुखता का कार्य कर रहा है। इतना बस देखते ही आप "निर्विचार" - "निर्विचारिता"- यही innocence है।

- श्री माताजी निर्मला देवी

🌸 आत्मा असीम है जब की मस्तिष्क सिमित है



आत्मा समुद्र की भांति है जिसके अन्दर रोशनी भरी पड़ी है। और जब इस समुद्र (रूपी आत्मा) को आप के मस्तिष्क के छोटे प्याले में उडेल दिया जाता है तब प्याला अपना अस्तित्व खो देता है और सब कुछ अध्यात्मिक हो जाता है। सभी कुछ। आप सब कुछ अध्यात्मिक बना सकते हैं। हरेक चीज़। आप जिस चीज़ को भी स्पर्श करे वह अध्यात्मिक हो जाती है। रेत अध्यात्मिक हो जाती है, जमीन अध्यात्मिक हो जाती है, वातावरण अध्यात्मिक बन जाता है, ग्रह - नक्षत्र इत्यादी भी अध्यात्मिक बन जाते हैं। सब कुछ अध्यात्मिक हो जाते हैं।

यह आत्मा समुद्र (की भांति असीम) है। जब कि आपका मस्तिष्क सिमित है।

आपके सिमित मस्तिष्क में निर्लिप्तता (detachment) लानी होगी। मस्तिष्क की सभी सीमाओं को तोड़ना होगा। ताकि जब यह समुद्र इस मस्तिष्क को प्लावित कर देता है तब यह उस छोटे प्याले का कण - कण रंग में रंगा जाए। सम्पूर्ण वातावरण, प्रत्येक वास्तु, जिस पर भी आप की दृष्टी जाए, रंग जानी चाहिए। आत्मा का रंग, आत्मा का प्रकाश है और ये आत्मा का प्रकाश कार्यान्वित होता है। कार्य करता है, सोचता है, सहयोग प्रदान करता है, सब कुछ करता है।

- परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी
(पंढरपुर, २६ फरवरी १९८५)

❧ पूजा



पूजा के बारे में आपको एक बात समझनी होगी के बिना आत्मसाक्षात्कार के पूजा का कोई अर्थ नहीं है, क्योंकि फिर आप 'अनन्य' नहीं होते। मतलब आपको पहले 'पूर्ण' को जानना है। श्री कृष्ण ने भक्ति का वर्णन 'अनन्य भक्ति' किया है। उन्होंने कहा "मैं आपको अनन्य भक्ति प्रदान करूँगा"। उन्हें अनन्य भक्ति ही चाहिए। 'अनन्य' मतलब उसके अन्य दूसरा कुछ नहीं, मतलब जब आप आत्म-साक्षात्कारी होते हैं। अन्यथा वे कहते हैं "पुष्पं, फलं, तोयम - फूल, फल, जल जो भी देंगे आप - में स्वीकार करूँगा"। लेकिन जब देना ही हैं तो, वे कहते हैं की "आपको मेरे पास अनन्य भक्ति से ही आना होगा", मतलब "जब आप मेरे से एकाकार हो जाए" तभी आपकी भक्ति है, उसके पहले नहीं। उसके पहले आप उनसे जुड़े ही नहीं होते।

- श्री माताजी निर्मला देवी (१९/०७/१९८०, United Kingdom)

❧ अनाहत चक्र

॥ कर्पूरगौरं करुणावतारं, संसारसारं भुजगेंद्रहारम् ।

सदा वसन्तं हृदयारविन्दे, भवं भवानिसहितं नमामि ॥



स्वर :म,	ग्रह :	शुक्र,	वार :	शुक्रवार, तत्त्व : वायु	
राग:भैरवी	और	दुर्गा,	गुण:प्रेम,	करुणा, सुरक्षा,	हितेषिता
नियंत्रित	अंग :	हृदय, फेफड़े, रक्तदबाव		बिगाड़ से होने वाले दुष्परिणाम :	हृदयरोग,
श्वासोश्वास		सम्बन्धी		रोग,	अस्थमा

विराजमान देवता :

मध्य अनाहत : श्री जगदम्बा माँ
दायाँ अनाहत : श्री राम-सीता
बायाँ अनाहत : श्री शंकर-पार्वती

बारह पंखुडियों वाला ये चक्र अनाहत कहलाता है और मेरुरज्जू में उरोस्थि (sternum bone) के पीछे इसका स्थान है। ये चक्र हृदय चक्र के अनुरूप हैं जो बारह वर्ष की आयु तक रोग प्रतिकारक (Antibodies) पैदा करता है। तत्पश्चात् ये रोग प्रतिकारक हमारे शरीर तंत्र में फैल जाते हैं और शरीर या मस्तिष्क पर होने वाले किसी भी आक्रमण का मुकाबला करते हैं। व्यक्ति पर भावनात्मक या शारीरिक आक्रमण स्थिति में उरोस्थि के माध्यम से रोग प्रतिकारक को सुचना दी जाती है क्योंकि उरोस्थि ही सुचना प्रसारण का दूरस्थ नियंत्रण केन्द्र (Remote Control) है। हृदय तथा फेफड़ों की कार्य प्रणाली का नियमन करते हुए ये केन्द्र श्वास प्रक्रिया को नियंत्रण करता है।

कुण्डलिनी जब इस चक्र का भेदन करती है तो व्यक्ति अत्यन्त आत्म-विश्वस्त, सुरक्षित, चारित्रिक रूप से जिम्मेदार एवं भावनात्मक रूप से संतुलित व्यक्तित्व बन जाता है। ऐसा व्यक्ति अत्यन्त हितैषी एवं बिना किसी स्वार्थ के मानवता प्रेमी एवं सर्वप्रिय बन जाता है।

Abraham Lincoln - अब्राहम लिंकन

एक आत्मसाक्षात्कारी व्यक्ति जिन्होंने बहोत अच्छी कल्पनाये दी ईस दुनिया को। (८९०६११)
अमेरिका मे.. महिलाये नही बल्कि अब्राहम लिंकन महिलामुक्ति के लिए लड़े (८३०३२१) -
जय श्री माताजी -

 आज्ञा चक्र

स्वर : ध, ग्रह : सूर्य, वार : रविवार, तत्त्व : प्रकाश
राग : बागेश्री और भूप, गुण : क्षमाशीलता, करुणा, अहिंसा
नियंत्रित अंग : दृष्टी, द्रुकान्तःपुर (Optic Thalamus), अल्पान्तःपुर (Hypothalamus),

विराजमान देवता :

मध्य अनाहत : श्री जिज्ञास मेरीमाता
दायाँ अनाहत : श्री महावीर
बायाँ अनाहत : श्री बुद्ध

दो पंखुडियों के इस चक्र का नाम आज्ञा चक्र है। मस्तिष्क में (optic nerves) जहाँ एक दुसरे को पार करती हैं वह आज्ञा चक्र का स्थान है। ये चक्र पियूष तथा शंक्रूप (Pituitary and Pineal) ग्रंथियों की देखभाल करता है। ये ग्रंथियाँ शरीर में अहं तथा प्रतिअहं नाम की संस्थाओं की अभिव्यक्ति करती हैं।

क्योंकि ये चक्र आँखों की भी देखभाल करता है इसलिए सिनेमा, कंप्यूटर, टेलिविज़न, पुस्तकों आदि पर हर समय दृष्टी गड़ाये रखना इस चक्र को दुर्बल करता है। बहुत अधिक मानसिक व्यायाम एवं बौद्धिक कलाबाजियाँ इस चक्र को अवरोधित करती हैं और व्यक्ति के अन्दर अहं-भाव विकसित हो जाता है।

कुण्डलिनी जब इस चक्र का भेदन करती है तो व्यक्ति एकदम से निर्विचार और क्षमाशील बन जाता है। निर्विचारिता एवं क्षमाशीलता इस चक्र का सार है, अर्थात् ये चक्र हमें क्षमा की शक्ति प्रदान करता है।

❧ शिव तत्व बुद्धि से परे है



मानव का अन्तिम लक्ष्य यही है कि वो शिव तत्व को प्राप्त करे। शिव तत्व बुद्धि से परे है। उसको बुद्धि से नहीं जाना जा सकता। जब तक आप आत्म-साक्षात्कारी नहीं होते, जब तक आपने अपने आत्मा को पहचाना नहीं, अपने को जाना नहीं, आप शिव तत्व को जान नहीं सकते। शिवजी के नाम पर बहुत ज्यादा आडम्बर, अन्धता और अंध-श्रद्धा फैली हुई है। किंतु जो मनुष्य आत्म साक्षात्कारी नहीं वो शिवजी को समझ ही नहीं सकता क्योंकि इनकी प्रकृति को समझने के लिए सबसे पहले मनुष्य को उस स्थिति में पहुंचना चाहिए जहाँ पर सारे ही महान तत्व अपने आप विराजें। उनके लिए कहा जाता है कि वे भोले शंकर हैं। आजकल बुद्धिवादी बहुत से निकल आए हैं संसार में, और अपनी बुद्धि की उड़ान से जो चाहे वो उट पटांग लिखा करते हैं और फिर कहते हैं ये शिवजी तो भोले हैं। इनका भोला होना बुद्धिवादियों के हिसाब से तो एकदम ही बेकार चीज़ है। आजकल आदमी जितना चालाक और चुस्त होगा वो यशस्वी हो जाता है। तो इनका भोलापन कैसे समझा जाए? आजकल के लोग सोचते हैं जो आदमी भोला होता है वो बिल्कुल बेवकूफ है। लेकिन शिवजी का भोलापन ऐसा है कि जहां वो सब कुछ है। समझ लीजिये कि जरूरत से ज्यादा कोई श्रीमंत रईस आदमी हो जाए और उसको विरक्ति आ जाए और उसका लोग धन उठा के ले जाए तो लोग कहेंगे अजीब भोला आदमी है जिसका लोग धन चुरा रहे हैं उसपे कोई असर ही नहीं। लेकिन जब उसको विरक्ति आ गई और उस धन का उसके लिए महात्म्य ही नहीं रहा वो अपने भोलेपन में बैठा है और भोलेपन का मज़ा ले रहा है। जब चीज़ अपने आप हो ही रही है, सब कुछ कार्यान्वित ही है तो शिवजी का उसमें कार्य भाग क्या रहता है? वे भोलेपन से सब चीज़ देखते रहते हैं। वो साक्षी स्वरूप हो गए और शक्ति का कार्य देखते हैं। शक्ति ने सारी सृष्टि रचाई और शक्ति ने ही सारी देवी-देवता बनाये और उनके सारे कार्य बना दिए। उनकी नियुक्ति हो गई और अब शिवजी को क्या काम हैं? शिवजी को बस देखना हैं। और फिर देखने में ही सब कुछ आ जाता हैं। उनके भोलेपन का असर ये है कि जिसपे भी दृष्टि पड़ जाए वो ही तर जाता है। जिसके तरफ़ उनका चित्त चला जाए वो ही तर जाए। कुछ उनको करने कि जरूरत ही नहीं हैं। ये सब खेल है। जैसे बच्चों के लिए खेल होता है परमात्मा के लिए वो सारा एक खेल है।

-परमपूज्य श्रीमाताजी निर्मलादेवी(मुंबई, १९/०२/१९९३)

❧ आत्म-साक्षात्कार पाना अति आवश्यक है



हमारा जीवन आत्म-साक्षात्कार के बाद एक दिव्य, एक भव्य, एक पवित्र जीवन बन जाता है इसीलिए मनुष्य के लिए आत्म-साक्षात्कार पाना अति आवश्यक है। उसके बगैर

उसमे संतुलन नही आ सकता। उसमें सच्ची सामूहिकता नहीं आ सकती। उसमें सच्चा प्रेम नहीं आ सकता। और सबसे अधिक उसमें सत्य जाना नहीं जा सकता। तो सारा ज्ञान, उसकी शुद्ध ज्ञानता आ जाती है। जिसे कि विद्या कहा जाता है, तो उसका देखना भी निरंजन हो जाता है। वो देखना मात्र होता है। कोई बीज को देखते वक्त उसमें कोई उसकी प्रतिक्रिया नहीं होती है। देखता है और देखने से ही पूरा ज्ञान हो जाता है उस चीज़ का। तो मनुष्य हमेशा जब आत्म-साक्षात्कार से प्लावित नहीं होता तो वो एक तरह से अपने ही बारे में सोचता है।

- परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी
(२३ फरवरी १९९०)

❀ सहजयोगी यदि ध्यान धारणा करें और स्वयं को पूर्ण शान्ति में बनाए रखें और पूरी तरह से समर्पित रहें तो उन्हें कुछ नहीं हो सकता।



विनाश शुरू हो चुका है। भयंकर तूफान, भूचाल और दुर्घटनाएं तथा प्राकृतिक प्रकोप इस कार्य को कर रहे हैं और यह सब कल्कि अवतार के परिणाम स्वरूप हैं। परन्तु यह अवतार एक अन्य कार्य भी कर रहा है, वह है, लोगों को आत्म-साक्षात्कार (पुनर्जन्म) देना। आत्म-साक्षात्कारी लोगों को यह घटनाएँ कभी हानि नहीं पहुंचाती। इन लोगों को कुछ नहीं हो सकता। सदैव उनकी रक्षा होगी और उनकी हर चीज़ की रक्षा होगी क्योंकि ये अपनी माँ की सुरक्षा में हैं।

अब समस्या यह है कि इन लोगों से सहजयोगी कैसे व्यवहार करें ताकि ये लोग विकास प्रक्रिया के मार्ग में बाधाएं न उत्पन्न कर सकें? इसका एक मात्र समाधान कुण्डलिनी की जागृति हैं। अगर किसी बुरे से बुरे व्यक्ति कि भी कुण्डलिनी आप उठा देंगे तो या तो वह नष्ट हो जाएगा या भला व्यक्ति बन जाएगा। कुण्डलिनी जागृति के पश्चात् सभी दुष्कर्मों की योजना जो उनके मस्तिष्क में है वे त्याग देंगे और वास्तव में बहुत अच्छे लोग बन जायेंगे। हो सकता है कि कुछ मामलों में ऐसा ना हो। मैं नहीं कहती कि हर व्यक्ति के साथ सहजयोग सफल हो जायेगा। परन्तु सहजयोगी यदि ध्यान करें, पूर्ण शान्ति कि अवस्था में पूरी तरह से समर्पित होकर बने रहें तो उन्हें कुछ नहीं हो सकता। सदैव उनकी रक्षा की जाती है और आप सब लोगों ने इस सुरक्षा का अनुभव किया है। परन्तु सर्वप्रथम आपको स्वयं पर विश्वास करना होगा और सहजयोग के प्रति पूर्णतः समर्पित होना होगा।

हर देश, हम कह सकते हैं, आज इस आसुरी शक्तियों के चंगुल में हैं। हमें कुण्डलिनी जागृति के माध्यम से इन लोगों को श्रेष्ठ बनाना है। यह कार्य आप कर सकते हैं। आप इस कार्य को कर सकते हैं और इसके लिए कोई विशेष परिश्रम आपको नहीं करना पड़ता। अपने रोज मर्रा के जीवन में आप यह कार्य कर सकते हैं। लोगों का अंतर्परिवर्तन करने के लिए केवल इसी चीज़ की आवश्यकता है और आप सब

इसको कर सकते हैं। आप सबको यह कार्य अत्यन्त निष्ठा से, भलीभांति करना चाहिए। क्रोध में आकर लोगों पे उछालने की या अभद्र व्यवहार करने की कोई आवश्यकता नहीं है। शांत रहते हुए इस उपलब्धि को प्राप्त करना चाहिए ताकि श्री शिव का क्रोध न भड़क उठे और जैसे कहते हैं, उनकी तीसरी आँख ना खुल जायें। ऐसा होना बहुत भयानक है। हम सब इस कार्य को अत्यन्त रचनात्मक तरीके से कर सकते हैं।

अतः सर्वप्रथम हमें अपने शिवतत्त्व को स्थापित करना चाहिए - आनंद, प्रेम एवं शान्ति के तत्व को।

- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी
(पुणे, ०५/०३/२०००)
तनाव क्यों आता है?



"आधुनिक पूर्व में एक ऐसे चीज़ है जो तनाव कहलाती है। इस से पूर्व कभी इसका अस्तित्व न था। लोग कभी तनाव की बात नहीं किया करते थे, आज हर आदमी कहता है मैं तनाव में हूँ। आप मुझे तनाव दे रहे हैं।" तनाव क्या है? ये मेरे अवतरण के कारण है। तालू क्षेत्र मेरे बारे में जानना चाहता है। ज्यो - ज्यो सहजयोग फैल रहा है कुण्डलिनी अन्य लोगो में उठने का प्रयत्न कर रही है क्योंकि लोग यंत्र बन गए हैं। जहा भी आप जाते हैं चैतन्य -लहरियों का संचार करते हैं और ये चैतन्य लहरिया कुण्डलिनी को चुनोती देती है या संदेश देती है और कुण्डलिनी बहुत से लोगो में उठती है। पहचान के कमी के कारण हो सकता है के कुण्डलिनी सहस्रार तक न उठे या उठकर फीर नीचे आ जाए। तो जीतनी बार वे कुछ करते हैं कुण्डलिनी ऊपर आती है और उन्हें तनाव देती है क्योंकि उनके सहस्रार बंद है, ये एक बंद दरवाजा है। दरवाजा बंद होने के कारण यह उनके सर में एक प्रकार का खिचाव देती है जिसकी समझ उन्हें नहीं है। वे इसे तनाव कहते हैं। वास्तव में कुण्डलिनी अपने आप को बहार खींचने का प्रयत्न करती है परंतु वेह ऐसा नहीं कर पाती। जीन लोगो को आत्म-साक्षात्कार मील जाता है और वे अपने सहस्रार के खुला (ठीक) नहीं रखते उन्हें भी इसी प्रकार के तनाव का सामनाकरना पड़ता है।"-परम पूज्य श्रीमाताजी निर्मला देवी(सोरंतो, ०६/०५/१९८९)

श्री आदिशक्ति ने किस प्रकार ब्रम्हांड का सृजन किया!



"जिस वातावरण को हम जानते हैं वह सारा का सारा बनावटी है। परन्तु जब आप उनके कार्य को समझ जाते हैं - पहला कार्य जो उन्होंने किया या हम कह सकते हैं, उनकी पहली अभिव्यक्ति हमारे बाएं पक्ष पर हैं। यह महाकाली कि अभिव्यक्ति हैं। तो वे महाकाली रूप में बाएँ और को आती हैं जहाँ उन्होंने श्री गणेशा का सृजन किया। श्री गणेशा का सृजन उनकी पावनता, अबोधिता और मंगलमयता के कारण किया गया। ब्रम्हांड का सृजन करने से पूर्व आदिशक्ति को श्री गणेशा का सृजन करना पड़ा। श्री गणेशा का सृजन करके वो स्थापित हो जाती हैं। तत्पश्चात् वे ऊपर कि और गई, निःसंदेह विराट के शरीर में और वहां गोलाकार घूमकर दूसरी और दाएं पक्ष में गई जहाँ उन्होंने सभी भुवनों - 'ब्रम्हांड' का सृजन किया। भुवन चौदह हैं अर्थात् एक भुवन कैन् ब्रम्हान्डो के बराबर होता हैं। इन सब चीजों का सृजन वे दाई ओर पर करती हैं। तब ऊपर जाकर वे पुनः निचे कि ओर आती हैं और इन सभी चक्रों - आदि चक्रों या पीठों का सृजन करती हैं। निचे आकर वे इन सभी पीठों को बनती हैं और फिर कुण्डलिनी रूप में इनमें स्थापित हो जाती हैं यद्यपि कुण्डलिनी उनका एक हिस्सा मात्र है। बाकि का कार्य इससे कहीं अधिक हैं। तो यह सारी अवशिष्ट उर्जा - कहने का अभिप्राय ये है कि यह सारी यात्रा करने के पश्चात् वह वापिस आती हैं और कुण्डलिनी रूप में उतर जाती हैं।

इस कुण्डलिनी और चक्रों के कारण वह शरीर के अंदर एक ऐसा क्षेत्र बनती हैं जिसे हम चक्र कहते हैं। ये चक्र वे सर्वप्रथम सर में बनाती हैं, इन्हे हम चक्रों की पीठ का नाम देते हैं, और फिर नीचे की ओर आकर उन चक्रों का सृजन करती हैं जो विराट के शरीर में हैं। जब ये सारा कार्य हो जाता है तो वे मानव का सृजन करती है, परन्तु सीधे से (direct) नहीं - विकास प्रणाली के माध्यम से। वे विकास प्रणाली से गुजरती हैं और इस प्रकार से उत्क्रांति आरम्भ होती हैं। जल में छोटे से जीवाणु की उत्पत्ति होती है और उससे विकास प्रक्रिया आगे बढ़ती है। तो जब वे जल का सृजन करती हैं और ब्रम्हान्डो का सृजन करती है तो इस सारी विकास लीला को करने के लिए पृथ्वी माँ को ही चुनती हैं तथा पृथ्वी पर ही इस सूक्ष्मदर्शी

अणु की रचना करती हैं।"

- परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी
(कबैला, इटली, २६/०६/१९९८)

❧ 'आनन्द' भिन्न प्रकार के होते हैं



निरानन्द का केवल वर्णन किया जा सकता है इसकी व्याख्या नहीं की जा सकती। जब पूर्णानन्द होता है न गम होता है। आपको प्रसन्नता या अप्रसन्नता का एहसास ही नहीं होता, ये तो अहं और प्रतिअहं के गुण हैं।


सहजयोग में ज्यों-ज्यों आप एक आनन्द से दूसरे आनन्द की ओर बढ़ते हैं, भिन्न प्रकार के आनन्द हैं। जैसे हम कह सकते हैं, आत्मा-आत्मा को अनुभव करके जो आनन्द आपको प्राप्त होता है, वह 'स्वानन्द' कहलाता है। इसका अर्थ ये है कि आप स्वयं अपनी आत्मा को अनुभव करते हैं और आपको आनन्द मिलता है। इसके बाद आप अन्य लोगों को साक्षात्कार देते हैं तो आपको 'परानन्द' प्राप्त होता है। परन्तु जब आपको अच्छे स्वास्थ्य, भौतिक उपलब्धियाँ आदि सभी कुछ मिलता है, पूर्ण संतोष प्राप्त होता है, तो ये 'ब्रम्हानन्द' है। और इस प्रकार से आप अपने अंदर उच्चातिउच्च आनन्द प्राप्त करने लगते हैं, क्योंकि आपकी नाडियाँ नए आयामों के लिए खुलने लगती हैं।

अतः आप कह सकते हैं कि श्रीकृष्ण के सार पर आपको कृष्णानन्द प्राप्त होता है जिसमें माधुर्य प्राप्त होता है। अपनी उदारता को जब आप देखते हैं तो आपको शिवानन्द मिलता है। बच्चों के साथ जब हम होते हैं तो हमें गणेशानन्द प्राप्त होता है। सभी आनन्दों का वर्णन किया जा सकता है परन्तु निरानन्द का वर्णन नहीं किया जा सकता क्योंकि यह महामाया का आनन्द है। जब सभी आनन्द एकरूप होते हैं तो 'निरानन्द' होता है। अतः अहं और प्रतिअहं के लिए कोई स्थान नहीं है। जब पुरा सहस्रार खुल जाता है और परमात्मा के साथ पूर्ण एकरूपता के अतिरिक्त कुछ नहीं होता, सर में जब हर समय प्रकाश आता रहता है और यहाँ से प्रकाश बाहर निकलता रहता है - आपने मेरे फोटोओं में देखा है - मानो सहस्रार परमेश्वरी माँ का दूध पीने वाला बच्चा बन गया हो, आनन्द अपने अंदर आत्मसात कर रहा हो, और वही आनन्द पुनः बाहर प्रतिबिंबित हो रहा हो! ये इस प्रकार है जैसे लहरें तट पर पहुँचती हैं फिर वे वापिस आती हैं, पुनः वापिस जाती हैं और इस प्रकार से इनका एक प्रतिमान (Pattern) बन जाता है।

अब उस प्रतिमान से प्रवाहित होने वाले आनन्द को आप किस प्रकार वर्णन कर सकते हैं। निरानन्द के विषय में एक चीज़ है कि महामाया आपके बहुत करीब और बहुत दूर भी होती है, ये विशेषता है। पूर्ण निर्विचारिता, पूर्ण शान्ति, पूर्ण मौन होता है, आप सोचते बिल्कुल नहीं। ये मात्र मौन होता है जिसे शब्दों में व्यक्त नहीं किया जा सकता क्योंकि शब्द आनन्द-प्रवाह को तोड़ते हैं। वे इसे संभाल नहीं सकते।
परमपूज्य श्री माताजी निर्मलादेवी(विएन्ना आश्रम, ०२/०५/१९८५)

🕉️Aarati - आरती

जो कुछ आपके आत्मा को आनंद देता है वह पूजा में इस्तेमाल करते हैं... वह दिया जाता है; भगवान के सामने दिया जलाके हम अपने अंदर का प्रकाश का सन्मान करते हैं, अपने अंदर का प्रकाश तत्त्व जागृत हो जाता है। प्रकाश तत्त्व यह अपने आज्ञा चक्र पे है। जब आप आरती करते हैं या फिर भागवान के सामने दिया जलाते हैं.. जब आप भागवान को प्रकाश दिखाते हैं तब आपके अंदर का प्रकाश तत्त्व जागृत हो जाता है।

भारत के छोटे छोटे गाँवों में, लोग बहोत अच्छेसे मिल-जुल के रहते हैं, सबसे प्यारसे पेश आते हैं... कैसे... क्योंकि वह मांगल्य देता है.. मांगल्य पूर्ण सहवास बहोत आनंदमयी, आल्हाददायक, सुंदर होता है.. और यह.. आप कैसे लासकते हैं... आप मेरे प्रतिमा कि छोटी सी आरती किया करिये.. यह अच्छी कल्पना है॥(८००९२७) - जय श्री माताजी -  परमात्मा का योग बहोत आवश्यक हैं



भूत या भविष्य के बारे में जानने की कोई आवश्यकता नहीं हैं। क्या आवश्यकता हैं? इससे क्या लाभ होता हैं? अपनी पूर्व गरिमा या पूर्व जीवन में, जो आज मूल्यहीन है, आपको किस प्रकार रूचि हो सकती है? परन्तु ये मानव की दुर्बलता है कि वह अपने व्यक्तित्व में कुछ ऐसा जोड़ना चाहता है जो अत्यन्त बनावटी, अस्तित्वहीन और मूल्यहीन है। फिर वह कहता हैं कि मैंने ऐसा किया, मैंने ऐसा किया, मैं ऐसा कर पाया, मुझे कभी नहीं प्राप्त हुआ।

भारत में इस आज्ञा के कारण प्रायः लोग बाई ओर को चले जाते हैं क्योंकि वह कहते हैं परमात्मा की पूजा करो। अब यदि इन्हे परमात्मा की पूजा करनी है तो उनका योग तो परमात्मा से हैं नहीं। देखें, कि माइक्रोफोन से जब मेरा योग नहीं था तो मैं आप लोगों से बात नहीं कर पाई। अतः परमात्मा से योग प्राप्त किए बिना लोग परमात्मा की पूजा करने लगते हैं! वे सभी प्रकारकी आरतियाँ करते हैं, उपवास करते हैं, आदि-आदि, और स्वयं को सताते हैं!- परम पूज्य श्री माताजी निर्मलादेवी (दिल्ली,

भारत, ०३/०२/१९८३)

 इडा नाडी

॥ नमस्तेस्तु महाकाली, इडानाडी निवासिनी । श्रीप्रसादे मनुष्याणाम जागर्ति इच्छाशक्ति ॥



विराट	में	स्थान	देवता	:	श्री	महाकाली
गुण	:	तमोगुण,	भूतकाल,	:	गंगा	नदी
वैज्ञानिक	नाम	: Left	Sympathetic	:	Nervous	System
सूक्ष्म	गुण	:	भावना,	:	आनंद,	मांगल्य,
शरीर	में	स्थान	पवित्रता,	:	इच्छा,	भाग
			अस्तित्व,	:	बायाँ	
			संपूर्ण	:		

बाधा होने के कारण : आलस, अंधश्रद्धा, अंधविश्वास, अपराध की भावना, तांत्रिक मार्ग, अक्षील लेखन या वाचन करना, भूतकाल के बारे में बहुत ज्यादा सोचना, बुरी आदतें

विवरण : परमपूज्य श्री माताजी निर्मला देवी ने सहजयोग द्वारा यह सिद्ध किया हैं के मनुष्य के शरीर में अधिभौतिक और आध्यात्मिक क्षेत्र की बायीं ओर इच्छा शक्ति हैं। उसे 'चंद्र नाडी' भी कहते हैं। यही नाडी भूतकालीन स्मृतियों को सचेतन करती हैं और उस वजह से क्रिया करने में आसानी होती हैं। जब तक यह शक्ति कार्यरत रहती हैं तब तक मनुष्य में जीवन जीने की अभिलाषा रहती हैं। इस नाडी के वजह से ही भावनाएं जागृत होती हैं और मस्तिष्क के दायीं ओर प्रतिअहंकार निर्माण होता हैं। व्यापक अर्थ में यह नाडी जीवात्मा का प्रतिक हैं।

📌 जैसे मैंने आपको बताया, एकादश रुद्र भवसागर से निकलते हैं



"जैसा मैंने आपको बताया, ये एकादश रुद्र भव-सागर से निकलते हैं। अतः हम कह सकते हैं कि इसका विनाशकारी भाग मुख्यतः भव-सागर से आता है। परन्तु ये सारी शक्तियां केवल एक अवतरण, महा-विष्णु को दी गई हैं, जो भगवन 'ईसामसीह' हैं, क्योंकि वे ही पुरे ब्रम्हांड का आधार हैं। वे ही ओंकार कि प्रतिमूर्ति हैं, वे ही चैतन्य लहरियों कि प्रतिमूर्ति हैं। वे जब कुपित होते हैं तो ब्रम्हांड टूटने लगता हैं। वे क्योंकि माँ (आदिशक्ति) कि शक्तियों का मुर्तिरूप हैं, उन शक्तियों का, जो हर अणु में, परमाणु में, मानव में और हर जीवित और निर्जीव चीज़ में प्रवेश कर रही हैं, और एक बार जब वे कुपित होते हैं तो सभी कुछ संकट में पड़ जाता हैं। अतः ईसामसीह को प्रसन्न रखना अत्यन्त आवश्यक है। ईसामसीह ने कहा था, "आपको छोटे से बच्चे के सामान होना होगा," अर्थात अबोध होना होगा। हृदय कि पावनता आपको प्रसन्न करने का सर्वोत्तम मार्ग हैं।"

- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी
(कोमो, इटली, १६/०९/१९८४)



❧ 'ऋतंभरा प्रज्ञा'

अब आपको यह नहीं सोचना पड़ता कि मुझे अवश्य चित्त केंद्रित करना है, ठीक है अब मैं ये विचार नहीं आने दूंगा, अब मुझे इस विषय में सोचना है। यह स्वतः ही हो जाता है। आप कोई भी पुस्तक पढ़ें आप तुरंत खोज लेंगे कि सहजयोग के हित में क्या है। कोई पुस्तक अगर परमात्मा विरोधी होगी तोह आप उसे त्याग देंगे। अब जो अवस्था आपके अंदर जागृत हुई है यह मस्तिष्क की एक नई अवस्था है। संस्कृत भाषा में इसका बहुत सुंदर नाम है, 'ऋतंभरा प्रज्ञा', एक अति कठिन नाम। ऋतंभरा प्रकृति का नाम है। व्यक्ति को लगता है की पूर्ण प्रकृति ही ज्योतिर्मय हो उठी है।

मैं एक उदहारण दूंगी। बच्चे के जन्म पूर्व स्वतः ही माँ के स्तनों में दूध आ जाता है। प्रकृति अपने आप बच्चे के जन्म के लिए कार्य करती है। इसी प्रकार जब ऋतंभरा प्रज्ञा सहजयोगियों के लिए कार्य करने लगती है तो आप हैरान हो जाते हैं की अचानक किस प्रकार कार्य हो गए।

तो ऋतंभरा प्रज्ञा ने आपके हित में कार्य करना आरम्भ कर दिया है। आप सभी मुझे बताते हैं की श्री माताजी यह चमत्कार हुआ, वह घटना हुई। और हम नहीं जानते की ये सब किस प्रकार घटित हुआ! मैं आपको एक उदहारण दूंगी। कल हम सीमेंट का कोई कार्य करवा रहे थे और इटली के उस लड़के ने कहा कि इसके लिए दो बोरी सीमेंट की आवश्यकता होगी। मैंने कहा "आप काम को चालू रखो, सीमेंट समाप्त नहीं होगा"। मेरे जाने से पूर्व तक काम चालू था और सीमेंट समाप्त नहीं हुआ था। अब आप कल्पना करें के सीमेंट जैसी जड़ वस्तु भी यह सब जानती है।

तो आपकी अवस्था ही विशिष्ट है - वह अवस्था जिसमें आपकी एकाकारिता प्रकृति से है और प्रकृति कि एकाकारिता आपसे। तो परमात्मा भिन्न घटनाओं, कार्यों, प्रेम, सुरक्षा तथा आपके प्रति परमेश्वरी चिंता द्वारा स्वयं - प्रकृति के माध्यम से अपनी अभिव्यक्ति कर रहे हैं। और यह अनंत है। यह घटित होता है और लोग समझ भी नहीं पते के कैसे! परन्तु यही तो समाधी अवस्था है।

परन्तु कुछ ऐसे भी लोग होते हैं जिनसे मैं यदि कहूँ कि "क्या आप यह कार्य करेंगे?" , "नहीं श्री माताजी दुकान बंद हो गई होगी।" वो मेरा बताया गया कार्य नहीं करेंगे। ऐसा करना ठीक नहीं है। ये लोग ऐसे ही चलते रहेंगे। कुछ ऐसे भी लोग हैं जो कहते हैं कि जब श्री माताजी ने कोई कार्य करने को कहा है तो हम दुकान को देख तो लें। इस प्रकार के हजारों उदहारण हैं। आज कुछ सहजयोगी पलंग को खिसकाने का प्रयत्न कर रहे थे। मैंने कहा, "ठीक है, मैं इसे धकेलती हूँ।" उस पर मैंने केवल अपनी नाभि से चित्त डाला॥ किसी चीज़ को धकेला नहीं। और वह पलंग खिसक गया। ऋतंभरा प्रज्ञा के कारण। यह सहायता चमत्कार आदि कुछ नहीं है। परमात्मा में अपना प्रेम अभिव्यक्त करके यह दर्शाने की शक्ति विद्यमान है। आप संत हैं और परमात्मा द्वारा चुने गए हैं। परन्तु इसके लिए पहले आपको वह स्थिति स्वीकार करनी होगी। परन्तु यदि आप अन्य लोगों की तरह से व्यवहार करते रहे - हे परमात्मा दुकाने बंद है, वह व्यक्ति बड़ा कठिन है, मैं नहीं सोचता कि यह कार्य होगा - तो ये कभी नहीं होगा। आपको

समझ लेना होगा कि आप संत हैं, परमात्मा द्वारा चुने गए हैं और मैंने - साकार एवं निराकार में - आपको पुनर्जन्म दिया है।

- श्री माताजी निर्मला देवी

❧ प्रेम के सिवाय शिव कुछ भी नहीं

प्रेम के सिवाय शिव कुछ भी नहीं। प्रेम सुधारता है, पोषण करता है और आपके हित की कामना कार्य है। शिव आपके हितों का ध्यान रखते हैं। प्रेम से जब आप दूसरों को हितों का ध्यान रख रहे होते हैं तो जीवन का सारा ढांचा ही बदल जाता है। इतने लोगों से एकाकारिता हो जाने के कारण आप वास्तव में इसका आनंद उठाते हैं। आप एक सर्वव्यापक व्यक्ति बन जाते हैं और यही दृष्टीकोण प्राप्त करना है।



जब मुझे पता लगता है की निम्न जाती या रंग के कारण किसीसे दुर्व्यवहार किया गया मेरी समझ में नहीं आता कि यह कैसे सम्भव है क्योंकि हम सब एक ही शरीर के अंग-प्रत्यंग हैं। एक ही माँ से जन्में सब भाई - बहन हैं। परन्तु यह अनुभूति तभी सम्भव है जब आप अपने सम्बन्धों को इस महान, अथाह प्रेम - सागर में विसर्जित कर देते हैं। स्वयं देखिये कि क्या आप वास्तव में सबसे प्रेम करते हैं? मैं अपने लिए कभी कुछ नहीं खरीदती। दूसरों का आनंद ही सभी कुछ है। यही सर्वाधिक - आनंददायी है। अपने बारे में सोचें। "मैं यहाँ क्यों हूँ? सभी का आनंद लेने के लिए। ये सब साक्षात्कारी मनुष्य हैं। ये इतने सुन्दर कमल हैं। मैं भी कीचड़ में नहीं धसूंगा। मैं कमल हूँ।" हृदय कमल को खोलने का यही तरिका है। ऐसे व्यक्ति कि सुगन्ध भी अति सुन्दर होती है। हम सब में एकाकारिता हो जाने के बाद कहीं भी यदि कोई कार्य होता है तो हम उसका आनंद उठाते हैं। शिव रूपी प्रेम - सागर में अपनी छोटी - छोटी लिप्साओं को विसर्जित करना आवश्यक है।

- परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी

(इटली, १७/०२/१९९१)

❧ माँ मुझे दो ऐसी पावन शक्ति



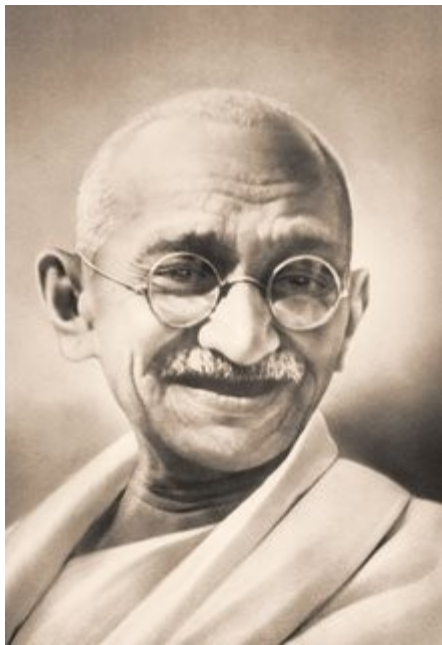
माँ मुझे दो ऐसी पावन शक्ति
 तन मन से हो आपकी भक्ति
 हो दूर मुझसे मेरा अंहकार
 क्योंकि यह ही देता है ऐसा निम्न विचार
 के में हूँ श्रेष्ठ सभी से
 और कर देता है भिन्न मुझसे
 मेरा विनम्र व्यवहार
 अंहकार रहित हो मेरी श्रुष्टि
 माँ दो मुझे ऐसी पावन शक्ति
 कृपा से आपकी हृदय मेरा
 विनम्रता व प्रेम से हो स्पंदित
 ताकि कर पाऊँ मैं धरा के
 लोगो के हृदय परिवर्तित
 जो बनी रहे आपकी कृपा द्रिष्टि
 माँ दो मुझे ऐसी पावन शक्ति
 कर दो मेरी वाणी मधुर
 सभी लोग हों मिलने को आतुर
 सभी हों आनंदित व लाभान्वित
 जब हो मेरी (सहजी की) उपस्थिति
 माँ दो मुझे ऐसी निर्मल शक्ति
 फैले चहुँ और सहज संस्कृति
 प्रचार की कर दो ऐसी साधारण विधि
 धरती, सागर व अम्बर के संग संग
 झूम झूम के नाचे गए
 सहज धुन में सारे सहजी
 माँ दो मुझे ऐसी पावन शक्ति
 तन मन से हो आपकी भक्ति

❧ निज जीवन समर्पित करूँ!



श्री राम सा मर्यादित बनूँ, क्रोध और अंहकार पर विजय करूँ!
 श्री दुर्गा विराजे मेरे हृदय में, ताकि मैं अभय बनूँ!
 श्री हनुमान सी भक्ति हो मेरी, श्री शिव के जैसा साक्षी भाव वरु!
 विजयादशमी के अवसर पर श्री माँ के चरणों में निज जीवन समर्पित करूँ!





"पहला सहजयोगी"

अफ्रीका में हुयी शुरुआत फिर भारत में पहुँची वो आंधी,
देश का बच्चा बच्चा जिसे बोले प्रेम से बापू गाँधी,
सत्य बोलने की थी बीमारी जिसको, अहिंसा का था जो रोगी....
श्री माता जी को कहता था नेपाली, वो था "पहला सहजयोगी"!

२ हे, जीवन के प्राण



हे, जीवन के प्राण! मेरा अन्तर विकसित कर!
निर्मल कर, उज्ज्वल कर, सुंदर कर, जागृत कर,
निर्भय और उद्धत कर, निरालस और शंका रहित कर!
हे, जीवन के प्राण! मेरा अन्तर विकसित कर!
मेरा अन्तः करण सबसे जोड़ता, मुझे बंधन मुक्त कर!
मेरे सब कर्मों में तेरा शांतिमय छंद भर जाए,
अपने चरण - कमल पर मेरा चित स्थिर कर!
मुझे आनंदित कर, आनंदित कर, आनंदित कर!
हे, जीवन के प्राण! मेरा अन्तर विकसित कर!

❧- पूजाओं में आशीर्वाद स्वरूप इश्वर से क्या मांगे --



" विपत्तियों से रक्षा कर " -- यह मेरी प्रार्थना नहीं,
मैं विपत्तियों से भयभीत न होऊ !
अपने दुःख से व्यथित चित को सान्त्वना देने की भिक्षा
नहीं मांगता, मैं दुःख पर विजय पाऊं !
यदि सहायता न जुटे तो भी मेरा बल न टूटे,
संसार से हानि ही मिले, केवल वंचना ही पाऊं,
तो भी मेरा मन उसे क्षति न माने!
" मेरा त्राण कर" यह मेरी प्रार्थना नहीं,
मेरी तैरने की शक्ति बनी रहे,
मेरा भार हल्का करके मुझे सान्त्वना न दे,
यह भार वहन करके चलता रहूँ!
सुख भरे क्षण में नतमस्तक मैं तेरा मुख पहचान पाऊं,
किंतु दुःख भरी रातों में जब सारी दुनिया मेरी वंचना करे,
तब भी मैं तेरे प्रति शक्ति न होऊँ!

रविंद्रनाथ टैगोर (मोक्ष पत्रिका से)

❧माँ

अनोखा माँ का ये अवतार.. विश्व मैं कैसा हुआ चमत्कार,
माँ की लीला माँ ही जाने.. हम सबकी कर दी नैया पार।
माँ तू है सारे विश्व की जननी... मिला हमें परमेश्वरी प्यार,
सारा विश्व समाया तुझमें। तू ही मुझमें.. तू ही सब मैं.. सारा विश्व समाया तुझमें।
कुण्डलिनी को जगा कर माँ ने, दी शीतल लहरें
अपार मानव ने लगाकर उसमें गोते, कर दिया धन्य जीवन आधार और फिर उसी शीतल लहरोंमे डूबा
सारा सहज परिवार!
जबसे जाना है माँ को टूटे सारे भ्रम,
किया अर्पण जो हमने तन, मन और जीवन।
जबसे चले हम सहज की डगर लगने लगा सारा ज़हान अपना,
सबसे जुड़ा रिश्ता ये प्यारा, सच है ये --- नहीं है सपना।

बड़े भाग्य लेकर आए किया माँ ने उद्धार सभी का,
सहजी धन्य हुए सब... किया माँ ने उपकार सभी का।

- ललिता सहजी

🌸 मेरे सपनों का भारत



भारत कैसा हो,

बस यँही एक विचार आता है मन में की मेरे सपनों का

तो आज मैं बताता हूँ तुमको मेरे सपनों का भारत कैसा हो.....

नया युग नई भौर हो, चैतन्य चाहूँ और हो,
कोई विचार न आए जब मन में, बस उत्थान पर ही गौर हो.
कुण्डलिनी का उत्थान हो, हर प्राणी के मन का उत्थान हो,
एक नया दिन निकले जब सबमें देश के लिए सम्मान हो.
न वस्त्रहीन हो जन कोई, न बच्चा जहाँ कोई भुक्खा हो,
न बाढ़ आए किसी नगर में, न प्रदेश कोई सुखा हो.
जहाँ पूजी जाए हर नारी, जहाँ हर बच्चा गणेश हो,
जहाँ पराया न हो कोई, हर धर्म का समावेश हो.
हर दिल में हो प्रेम भरा जहाँ, हर आँख में शर्म हो,
न हो कोई हिंदू मुसलमान सिख इसाई, बस सहज एक धर्म हो.
हर बच्चा हो शिक्षित जहाँ, हर नागरिक के पास रोजगार हो,
हो लोग मधुरभाषी जहाँ के, हर व्यवहार में सदाचार हो.
सुख शान्ति निरानंद हो हर जगह, आतंकवाद का अंत हो,
गाँधी शास्त्री श्री पी के साल्वे जी की इस धरती पर हर कोई सहजी और संत हो.
श्री माताजी से नतमस्तक होकर है यह प्रार्थना मेरी के मेरा सपना यह सच हो जाए,
मेरा देश बदल जाए एक सहज परिवार में, इसका नाम सहजिस्तान हो जाए.

🌸 कुण्डलिनी शक्ति और सहजयोग

सृष्टा से हमारी एकाकारिता कराती है कुण्डलिनी! कुण्डलिनी परमात्मा की ही शक्ति है.. संपूर्ण शक्ति.. जो मनुष्य की रीढ़ की हड्डी के निचे के त्रिकोणी हिस्से (Sacrum bone) में साढ़े-तिन कुण्डलों में विद्यमान रहती हैं। आत्मसाक्षात्कारी गुरु या महापुरुष के संपर्क में आने पर ये कुण्डलिनी शक्ति जागृत हो जाती है और मनुष्य के शरीर के छः उर्जा केन्द्रों यानि चक्रों के अंदर से निकलकर सर के उपरी भाग में स्थित सातवे चक्र को भेद कर सृष्टा से हमारी एकाकारिता करा देती है। यह एक सहज घटना है, एक

जिवंत क्रिया है! मानव के अध्यात्मिक विकास की अन्तिम अवस्था है। महायोग है.. सहजयोग है!
❧ उन्होंने पृथ्वी माँ के अंदर कुण्डलिनी का सृजन किया और पृथ्वी माँ के बाहर श्री गणेश का



"परन्तु हम उस बिन्दु पर आयेंगे जहाँ आदिशक्ति ने पृथ्वी माँ पर कार्य आरम्भ किया। पहली चीज जो हमें जननी आवश्यक हैं वो ये हैं कि उन्होंने पृथ्वी माँ के अंदर कुण्डलिनी का सृजन किया और पृथ्वी माँ के बाहर श्री गणेश का। ये अत्यन्त दिलचस्प बात हैं। इस प्रकार पृथ्वी माँ हमारे लिए बहुत ही महत्वपूर्ण बन जाती हैं। हम यदि पृथ्वी माँ का सम्मान करना नहीं जानते तो हमें अपना सम्मान करना भी नहीं आता। निःसंदेह कुण्डलिनी आपके अंदर आदिशक्ति की अभिव्यक्ति हैं। आपके अंदर यह आदिशक्ति का प्रतिबिम्ब हैं। परन्तु जैसा आप जानते हैं भिन्न स्थानों, देशों तथा नगरों में भी चक्रों तथा आदिशक्ति के सृजन के रूप में पृथ्वी माँ में इस प्रतिबिम्ब की अभिव्यक्ति हुई हैं। सर्वप्रथम एक अत्यन्त पावन पृथ्वी माँ का सृजन आवश्यक था जिस पर मनुष्य जन्म ले सके।"

- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी
(कबेला, २५/०५/१९९७)

❧❧ अपने चित्त को मध्य में रखें



कपड़े के टुकड़े का एक अन्य उदाहरण लें। ये चित्त का द्योतक है। आत्म-साक्षात्कार से पूर्व यह सभी दिशाओं में पूर्णतः फैला हुआ होता है। कपड़े के टुकड़े को मध्य में अपनी एक उंगली से ऊपर की ओर उठाएं। क्या होता है। एक सीमा तक कपड़ा ऊपर को उठाता है और इस प्रक्रिया में या तो यह उंगली पर लिपट जाता है या उंगली के चहुँ ओर लटक जाता है। इसी प्रकार से जब कुण्डलिनी उठती है तो यह चित्त को ऊपर उठाती है, चित्त को सहस्रार तक ले जाती है जहाँ ब्रम्हचैतन्य के प्रकाश से चित्त ज्योतिर्मय हो उठता है। तत्पश्चात् मध्य में यह सुषुम्ना नाडी पर या तो कुण्डलिनी के चहुँ ओर लिपट जाता है या लटक जाता है। आत्म-साक्षात्कार के पश्चात् हुआ यह कि बाह्य जगत में यहाँ कहीं भी हमारा चित्त फैला हुआ था वह अंदर की ओर खिंच कर ज्योतिर्मय हो गया। यही वह अवस्था है। परन्तु वास्तव में हम मानव अपनी आदतों के गुलाम हैं। आदत कि वजह से हम अपने चित्त को स्थायी रूप से उस अवस्था में नहीं रहने देते। वास्तव में चित्त बाहर नहीं जाना चाहिए। यही एक साधारण अवस्था है जिसमें मैं स्वयं आपके अंदर रहना चाहती हूँ। आगे बढ़ने के लिए मैं आपको नाव में बिठा रही हूँ, परन्तु आप लोग अपना एक पैर पानी में डालकर लगातार मेरी सहायता का प्रतिरोध कर रहे हैं। आपका चित्त तुच्छ चीजों पर है, आप भली भाँती जानते हैं कि आपको पार करने के लिए मैं अंदर बैठी हुई हूँ परन्तु फिर भी आदतन आप अपनी टांग अड़ाते हैं। अब क्या आप मेरे कष्ट की कल्पना कर सकते हैं? कल्पना करें कि मुझे कैसे लगता होगा!

इसीलिए मैं कहती हूँ कि सत्संग करें - अर्थात् चित्त को मध्य में रखने के लक्ष्य से अन्य सहजयोगियों के साथ समय बिताएं। निरंतर अपने चित्त को मध्य में बनाये रखना अत्यन्त आवश्यक है। आत्म-साक्षात्कार के पश्चात् दिव्या ऊर्जा प्राप्त करके हमारे बाएँ और दाएँ की नादियों का तनाव समाप्त हो जाता है। तनाव-मुक्त होने पर चक्र और अधिक खुलते हैं। यह घटना चक्र (cycle) है। तब कुण्डलिनी के और अधिक तंतु ऊपर की ओर उठते हैं। इस अवस्था में मध्य में बने रहने का गुण विकसित हो जाता है।

- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी
(२६, २७ फरवरी १९८७)

ये जो शक्ति है, ये प्रेम कि शक्ति है



ध्यान में गति करना, यही आपका कार्य है, और कुछ भी आपका कार्य नहीं है, बाकी सब हो रहा है। और आपमें से अगर कोई भी जब ये सोचने लगेगा कि मैं ये कार्य करता हूँ और वो कार्य करता हूँ, तब आप जानते हैं कि मैं अपनी माया छोड़ती हूँ और बहुतों ने उस पर काफ़ी चोट खायी है। वो मैं करूँगी। पहले ही मैंने आप से बता दिया है, कि कभी भी नहीं सोचना है कि मैं ये काम करता हूँ या वो काम करता हूँ। "हो रहा है।" जैसे "ये जा रहा है और आ रहा है।" अब सब तरह से अकर्म में - जैसे कि सूर्य ये नहीं कहता कि मैं आपको प्रकाश देता हूँ। "वो दे रहा है।" क्योंकि एकतानता में परमात्मा से, इतनी प्रचण्ड शक्ति को अपने अंदर से बहा रहा है। ऐसे ही आपके अंदर से 'अति' सूक्ष्म शक्तियाँ बह रही हैं क्योंकि आप एक सूक्ष्म मशीन हैं। आप सूर्य जैसी मशीन नहीं हैं, आप एक 'विशेष' मशीन हैं, जो बहुत ही सूक्ष्म है, जिसके अन्दर से बहने वाली ये सुन्दर धाराएं एक अजीब तरह कि अनुभूति देंगी ही, लेकिन दूसरो के भी अन्दर उनके छोटे-छोटे यंत्र है, माशीने हैं, उनको एकदम से प्रेमपूर्वक ठीक कर देंगे।

ये जो शक्ति है, ये प्रेम कि शक्ति है। इस चीज़ का वर्णन कैसे करूँ आप से? मनुष्य की मशीन जो है वो प्रेम से ठीक होती है। उसको बहुत जख्मी पाया है। बहुत जख्म हैं उसके अन्दर में। बहुत दुखी है मानव। उसके जख्मों को प्रेम की दवा से आपको ठीक करना है। जो आपके अन्दर से बह रहा है, ये वाइब्रेशन सिर्फ़ "प्रेम" है। जिस दिन आपकी प्रेम की धारा टूट जाती है, वाइब्रेशन रुक जाते हैं।

- परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी

(स्रोत : 'चैतन्य लहरी' नवम्बर-दिसम्बर ०८)

Aches and Pains - दर्द

सहजयोग मे जब आत्म-साक्षात्कार मिलता है ... तब भले ही शुरुआत मे नहीं लेकिन थोड़े समय के बाद आप पाप और पापी लोगो को पहचानने लगते है... फिर आप ऐसे लोगों के साथ नहीं रह पाते... आपको उनकी संगत छोड़नी ही पड़ती है... अगर आप ऐसे पापी लोगों के संगती में रहे तोह आपको सिर-दर्द होने लगता है... आपके आज्ञा चक्र में खराबी हो सकती है... और फिर आपको हर तरह की कठिनाई महसूस होगी... और आप उस जगह से कही दूर भाग जाना चाहेंगे... क्योंकि आप वो सब सहन नही कर पाएंगे. खुदको मज़बूत बनाने के लिए आपको सहजयोगियो के साथ वक्त बिताना चाहिए... आपको सहजयोग के कार्यक्रमों मे जाना चाहिए... या फिर सामूहिक आरती, ध्यान या फिर पुजा में उपस्थित रहना चाहिए... (७७०१२६.१)

- जय श्री माताजी -

नवरात्रि पूजा - देवी



अगर आप देवी पे विश्वास रखते हैं तोह आपको जानना चाहिए की देवी में बहुत शक्ति है, वह अत्यन्त बुद्धिमान हैं, और अगर वे आपकी रक्षा करना चाहे तोह वह करेंगे. लेकिन आपको यह विश्वास बढ़ाना होगा. विश्वास आपके पहले के अनुभव से भी बढ़ सकता है; कैसे आप को हमेशा मदद हुई है; किस तरह आप बड़ी मुसीबतों से अच्छेसे निकले. लेकिन इन सब के बावजूद भी अगर आप चिंता करते है, आपके जीवन के आकाश में कुछ काले बादल आ जाए तोह अगर आप नाराज़ हो जातें हैं तोह इसका मतलब आप अभी तक कमजोर हैं. इसीलिए सबसे पहली बात, अगर आप देवी की पूजा कर रहे हैं, तोह आपको किसी भी तरह की कोई चिंता नही होनी चाहिए और आपको बिल्कुल भी भय नही होना चाहिए. जो भी कार्य आप करे, निडर हो के करें. लेकिन हाँ मुझे आपको इसी का दूसरा पक्ष भी बताना चाहिए, वोह यह की आपको जो भी करना है उसके बारे में पूर्णतः पता होना चाहिए और उसे फ़िर आप निडर होके करिए.

- श्री माताजी निर्मला देवी (नवरात्रि पूजा १९९४)

ध्यान का समय



सुबह उठके ध्यान करना बहुत आवश्यक है। जो लोग सबेरे उठ के ध्यान नहीं करेंगे, वह सहज में कितने भी कार्यान्वित रहें और सब कुछ करते रहे, अपनी गहराई वह पा नहीं सकते। तो फिर आपकी गहराई में ही सारा सुख समाधान है, सारी संपत्ति, ऐश्वर्य सभी कुछ उसी गहराई में है। उस गहराई में उतरने के लिये बीच की जो कुछ भी रुकावटें हैं उनको आपको निकल देना चाहिये। अपने पर प्रेम करके, अपनी और दृष्टी करके, अपने को समझ के की मेरे अंदर यह दोष है, इस दोष को मुझे निकाल देना चाहिये। दूसरो के दोषों की और बहुत जल्दी हमारी नज़र जाती है। यह काम आपका नहीं। मेरा काम है। यह आप मेरे ऊपर छोड़ दीजिये। आप अपने दोषों की और देखें।

और उसके बाद शाम का ध्यान है। शाम के ध्यान में समर्पण होना चाहिये। तब फिर आगे की बात आती है कि आप किस तरह से समर्पित हैं। यानी के इस वक्त यह सोचना चाहिये कि मैंने सहजयोग के लिये क्या किया? आज दिन भर में मैंने सहजयोग के लिये कोनसा कार्य किया? मैंने सहजयोगियों के लिये कौन सा कार्य किया? शरीर से, मन से, बुद्धि से।

तो सबेरे का ध्यान अगर हम कहें की ज्ञान का है तो शाम का ध्यान भक्ति का है।

- श्री माताजी निर्मला देवी



मैंने जैसे कहा है पहले अपने को प्रेम से भर लो। आप जानते हैं मैं आप की माँ हूँ। पूर्णतया आप इसे जानें की मैं आपकी माँ हूँ। और माँ होने का मतलब होता है की संपूर्ण Security है, संरक्षण है। कोई भी चीज़ गड़बड़ नहीं होने वाली। आप मेरी और हाथ करिये। और धीरे-धीरे से आँख बंद करके और अपने विचारों की और देखिये, आप निर्विचार हो जायेंगे। आपको कुछ करने का है ही नहीं। आप जैसे ही निर्विचार हो जायेंगे, वैसे ही आप अन्दर जाएंगे।

पहले अपने से इतना बता दो कि आज से निश्चय हो कि किसी को कोई सी भी चोट में नहीं पहुँचाऊंगा। और सब को प्रभु तुम क्षमा कर दो, जिन्होंने मुझे चोट पहुँचाई हो। और मुझे क्षमा करो क्योंकि मैंने दुनिया में बहुत लोगोंपर चोट की है।

आप जो भी कहेंगे वही परमात्मा आपके साथ करेगा। आप उस से कहोगे के "प्रभु शान्ति दो", तो वोह तुम्हे शान्ति देगा। लेकिन आप मांगते नहीं है शान्ति। "संतोष दो" तो वोह तुम्हे संतोष देगा, तो वोह आप मांगते नहीं है। "मेरे अन्दर सुंदर चरित्र दो" वोह चरित्र देगा।

अब प्रार्थना को अर्थ है क्योंकि आपका connection हो गया है परमात्मा से।

.... "मेरे अन्दर प्रेम दो। सरे संसार के लिए प्रेम दी " ... "मुझे माधुर्य दो, मिठास दो।" जो भी उनसे मांगोगे, वोह तुम्हे देगा। और कुछ नहीं मांगो। अपने लिए ही मांगो। "मुझे अपने चरण में समा लो".....

"मेरी बूँद को अपने सागर में समां लो।"

"जो भी कुछ मेरे अन्दर अशुद्ध है, उसे निकल दो।" परमात्मा से जो कुछ भी प्रार्थना में कहोगे, वही होगा..... "मुझे विशाल करो। मुझे समझदार करो। तुम्हारी समझ मुझे दो। तुम्हारा ज्ञान मुझे बताओ।"

"सरे संसार का कल्याण हो, सरे संसार का हित हो। सरे संसार में प्रेम का राज्य हो। उसके लिए मेरा दीप जलने दो। उसमे यह शरीर मिटने दो। उसमे यह मन लगने दो। उसमे यह हृदय खपने दो।"

सुंदर से सुंदर बातें सोच कर के उस परमात्मा से मांगो। जो कुछ भी सुंदर है, वोही मांगो तोह मिलेगा। तुम असुंदर मांगते हो तो भी वोह दे देता है। बेकार मांगते हो तो भी वोह दे ही देता है। लेकिन जो असली है उसे मांगो तोह क्या वोह नही देगा? यूँ ही उपरी तरह से नही, 'अंदर से', आन्तरिक हो करके मांगो।

- श्री माताजी निर्मला देवी

❀ नाभि चक्र

॥ शान्ताकारं भुजभशयनं पद्मनाभं सुरेशम् । विद्याधारं गगनसहस्रं मेघवर्णं शुभांगम् ।

लक्ष्मीकान्तं कमलनयनं योगीभिर्ध्यानगम्यम् । वन्दे विष्णुं भवभयहरं सर्वलोकैकनाथम् ॥



स्वर - ग ग्रह - गुरु

विराजमान देवता - मध्य - श्री लक्ष्मी

दायें-श्री जलक्ष्मी बाएं - श्री गृहलक्ष्मी तत्त्व - अग्नि तत्त्व

बीजाक्षरें - तं, थं, दं, धं, नं, पं, फं, दं, धं, णं

राग - अभोगी भटियार

कार्य - पेट, आंत, लीवर, पाचनशक्ति संभालना

शरीर में स्थान - नाभि

चक्र के बिघाड से आने वाले दोष - असमाधानी स्वभाव, अतृप्त स्वभाव, कंजूस, पति अथवा पत्नी पे रोब जमाना।

गुण - पारिवारिक सुख संपन्नता विकास, सामाजिक विकास, नैतिकता, अच्छा साफ़ चरित्र।

ख़राब होने के कारण - पैसे हेराफेरी, कंजूसी, खाने में चित्त होना, घर-गृहस्ती एवं धन की ज्यादा चिंता करना, अन्टिबिओटिक्स का बहोत ज्यादा सेवन करना, भगवन के नाम पे बहुत सरे उपवास करना।

विवरण - नाभि चक्र के दस पंखुडियां हैं। शारीरिक स्तर पर यह चक्र सोलर प्लेक्सस का कार्य करता हैं। बढ़ते समृद्धि के साथ लोग और भी पैसे के पीछे भागते हैं। उस वजह से इस चक्र में तनाव एवं

कठिनाइयाँ आते हैं। भौतिक सुख के पीछे भागना, मित आहार, आर्थिक अव्यवस्था आदि इस चक्र के बिघाड के लिए कार्णीभूत होते हैं।

❧ साकार को निराकार में परिवर्तित करने के उपायों में पूजा एक है



"....क्योंकि किसी विग्रह, पृथ्वी माँ की चैतन्य लहरियों से बने स्वयंभु की पूजा करने से लोगों को बड़ी-बड़ी समस्याएं झेलनी पड़ी। सर्वप्रथम उन्हें ध्यान धारणा करनी पड़ी जो सविकल्प समाधि कहलाती थी। इसका अर्थ है की उस अवस्था में आपको ऐसी स्वयंभु मूर्ति 'विग्रह' पर ध्यान केंद्रित करना पड़ता था। विग्रह का अर्थ है वह मूर्ति जिससे चैतन्य बहता हो।

ऐसा करते हुए साधक को कुण्डलिनी उठाने का प्रयत्न करना पड़ता था। और कुण्डलिनी आज्ञा चक्र तक आ जाया करती थी, परन्तु इससे आगे सहस्रार तक पहुँच पाना असंभव कार्य था क्योंकि इसके लिए व्यक्ति को साकार से निराकार में जाना पड़ता है। और निराकार पर ध्यान केंद्रित करना भी एक अन्य असंभव कार्य था - जैसे मुसलामानों तथा बहुत से अन्य लोगों ने करने का प्रयत्न किया। ऐसी परिस्थितियों में ये आवश्यक था कि निराकार साकार रूप धारण करे ताकि जटिलताएं समाप्त हो जाएँ। ज्यों ही आप साकार पर ध्यान केंद्रित करें आप ही निराकार हो जायें। मान लो आपके सन्मुख बर्फ है, इसे छुते ही यह पिघलने लगती है और आप इसकी शीतलता महसूस करने लगते हैं।

तो अब समस्या आसानी से हल हो गई। पूजा उन विधियों में से एक है जिनसे आप साकार को निराकार बना सकते हैं। आपके चक्र ऊर्जा के चक्र हैं, परन्तु उन सभी चक्रों पर भी पथ प्रदर्शक देवता विराजमान हैं। उन्हें भी साकार से निराकार बनाया गया है। जब आप पूजा करते हैं तो आकार पिघलकर निराकार ऊर्जा में परिवर्तित हो जाता है तथा ये निराकार ऊर्जाएं प्रवाहित होने लगती हैं और वायु बहने लगती हैं। और इस प्रकार आत्मा से असत्य तादात्म्य (Misidentification) और आत्मा पर ये व्यर्थ का बोझ लादने (Super impositions) के भ्रम दूर हो जाते हैं।"

- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी
(पेरिस, १८ जून १९८३)

❧ विनम्र बने और शाश्वत सत्य को पा लें



यह प्रेम आपके अंदर से फूट पड़ रहा है। इस प्यार को प्रसारित करने तथा इसे देने के विवेक का आनंद भी लें। देने में महानतम आनंद और प्रसन्नता है। लेने में कोई आनंद नहीं है। कृपया विनम्र बनने का प्रयत्न करें। सर्वप्रथम अपने अंदर इस शाश्वत सत्य को पा लें। अपना शरीरयन्त्र परमात्मा को समझने का दिव्य उपकरण बनने दें। इधर-उधर से पड़ी हुई चीजों के बहकावे में न आयें। संकीर्ण विचारों तथा अन्य लोगों का मजाक बनाने वाले मूर्खतापूर्ण अहम् से संचालित न हों। हे मानव! सूझ-बुझ प्राप्ति के इस महान अवसर के लिए स्वयं को जगाओ। ये प्रगल्भ शक्ति आपसे प्रसारित होने का प्रयत्न कर रही हैं। हमें इस विश्व को परिवर्तित करके सुंदर बनाना है क्योंकि सृजनकर्ता अपनी सृष्टि को कभी नष्ट नहीं होने देगा। परन्तु आप यदि सत्य को स्वीकार नहीं कर लेते तो आप स्वयं नष्ट हो जायेंगे। अतः माँ के रूप में एक बार पुनः मैं आपसे अनुरोध करती हूँ कि दिव्य सत्य को, परमेश्वरी प्रेम को, स्वीकार करें और एक हो जाएँ।
परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी
(मुंबई, २१/०३/१९७७)

परमात्मा का योग बहोत आवश्यक हैं



भूत या भविष्य के बारे में जानने की कोई आवश्यकता नहीं हैं। क्या आवश्यकता हैं? इससे क्या लाभ होता हैं? अपनी पूर्व गरिमा या पूर्व जीवन में, जो आज मूल्यहीन है, आपको किस प्रकार रूचि हो सकती है? परन्तु ये मानव की दुर्बलता है कि वह अपने व्यक्तित्व में कुछ ऐसा जोड़ना चाहता है जो अत्यन्त बनावटी, अस्तित्वहीन और मूल्यहीन है। फिर वह कहता हैं कि मैंने ऐसा किया, मैंने ऐसा किया, मैं ऐसा कर पाया, मुझे कभी नहीं प्राप्त हुआ।

भारत में इस आज्ञा के कारण प्रायः लोग बाईं ओर को चले जाते हैं क्योंकि वह कहते हैं परमात्मा की पूजा करो। अब यदि इन्हे परमात्मा की पूजा करनी है तो उनका योग तो परमात्मा से हैं नहीं। देखें, कि माइक्रोफ़ोन से जब मेरा योग नहीं था तो मैं आप लोगों से बात नहीं कर पाई। अतः परमात्मा से योग प्राप्त किए बिना लोग परमात्मा की पूजा करने लगते हैं! वे सभी प्रकारकी आरतियाँ करते हैं, उपवास करते हैं, आदि-आदि, और स्वयं को सताते हैं! - परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी (दिल्ली, भारत, ०३/०२/१९८३)

❧ आप स्थूल पदार्थ से सूक्ष्म पदार्थ कि ओर बढ़ते हैं



अपनी भौतिक कुण्ठाओं पर नियंत्रण प्राप्त करना, पूजा का सार हैं। पूजा महत्वपूर्ण है परन्तु अपनी भौतिक कुण्ठाओं पर नियंत्रण किस प्रकार प्राप्त किया जाए? अपने लिए जब हमें कोई भौतिक पदार्थ कि इच्छा होती है तो हमें ये जान लेना चाहिए कि ये पदार्थ परमात्मा ने हमें प्रदान किया है। हर चीज़ परमात्मा कि हैं।

हम यदि परमात्मा को पुष्प अर्पण करते हैं तो पुष्प तो परमात्मा का ही सृजन है, हम क्या अर्पण कर रहे हैं? परमात्मा को हम दीप दिखाते हैं, या परमात्मा कि आरती करते हैं तो क्यों? ये प्रकाश भी तो परमात्मा का ही हैं! हम क्या करते हैं? परन्तु परमात्मा को प्रकाश दिखने से हम अपने अंदर कि प्रकाश की पूजा करते हैं। हमारे अंदर प्रकाश-तत्व ज्योतिर्मय हो उठता है। प्रकाश तत्व यहाँ-आज्ञा-तक हैं। जब आप आरती करते हैं या परमात्मा के सन्मुख दीपक जलाते हैं, जब आप परमात्मा को प्रकाश दिखाते हैं तो आपके अंदर प्रकाश-तत्व ज्योतिर्मय हो उठता है।

अब आप पुष्प अर्पण करते हैं तो मूलाधार ज्योतिर्मय हो जाता है। अब आप मधु अर्पण करते हैं तब आपका चित्त प्रबुद्ध होता है। तो क्यों हम ये सब परमात्मा को अर्पण करते हैं? आखिरकार परमात्मा को तो कुछ भी नहीं चाहिए। परन्तु परमात्मा भोक्ता (Enjoyer) हैं। आप भोक्ता नहीं हैं। आप भोग नहीं सकते। आपके अंदर परमात्मा भोक्ता हैं। जब परमात्मा वहाँ पर होते हैं तो वे आनंद उठाते हैं, अर्थात् आत्मा। अतः आपकी आत्मा को जो चीज़ अच्छी लगती है उसका उपयोग पूजा-अर्चना करने

के लिए करते हैं।

स्थूल से आत्मा की ओर जाना, ये वो चीज़ हैं जिससे आप चलते हैं क्योंकि पहले आप अपने chakron को ज्योतिर्मय करते हैं, चक्र ज्योतिर्मय होने पर आपके देवी-देवता प्रसन्न होते हैं, और जब देवी-देवता प्रसन्न होते हैं तो कुण्डलिनी को ऊपर उठने का रास्ता प्राप्त होता है। मार्ग बने पर कुण्डलिनी ऊपर उठती है और आपके चित्त का समन्वय आत्मा से होने लगता है। एक-एक कदम आप स्थूल पदार्थ से सूक्ष्म पदार्थ की ओर बढ़ते हैं, सूक्ष्म पदार्थ से अपने चक्रों की ओर, चक्रों से अपने देवी-देवताओं की ओर तथा देवी-देवताओं से आत्मा की ओर। - परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी (लन्दन, २७/०९/१९८०)

❧ प्रेम का ज्ञान ही परा ज्ञान है

प्रेम ही ज्ञान है और ज्ञान ही प्रेम है। इससे आगे कुछ भी नहीं। आपके पास अगर ज्ञान है तो इसे प्रेम की परीक्षा पास करनी होगी। आप यदि किसी को जानते हैं तो इस का आप पर कोई असर नहीं होता क्योंकि आप उसे बाह्य रूप से जानते हैं। परन्तु यदि आप किसी को प्रेम करते हैं केवल तभी उसे अच्छी तरह से समझते हैं। बहुत अच्छी तरह से आप उसे जानते हैं कि वह कैसा है। यही वह ज्ञान है जिसे हम परा ज्ञान कहते हैं। हमें यही ज्ञान खोजना है।
- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी (मुंबई, २१/०३/१९७७)

❧ पिंगला नाडी

॥ नमस्ते महासरस्वती, पिंगलानाडी निवासिनी । श्रीप्रसादे मनुष्याणाम जागर्ति कार्यशक्ति ॥



देवता: श्री महासरस्वती विराट में स्थान : यमुना नदी
गुण: रजोगुण, भविष्यकाल, अतिद्वेय चेतन वैज्ञानिक नाम : Right Sympathetic

Nervous System सूक्ष्म गुण : स्वाभिमान, कृति, निर्मिती, शारीरिक एवं मानसिक हलचल, शारीरिक एवं बौद्धिक कार्यशरीर में स्थान: संपूर्ण दायाँ भाग

बाधा होने के कारण : हुकुमशाही, हुकूमत, अहंकार, हठयोग, जिद्दी स्वभाव, भविष्य के बारे में बहुत ज्यादा सोचना, बेशरमी

विवरण : परमपूज्य श्री माताजी निर्मला देवी ने सहजयोग द्वारा यह सिद्ध किया है कि मनुष्य के शरीर में दहिनी ओर इच्छा शक्ति है। उसे 'सूर्य नाडी' भी कहते हैं। यही नाडी इच्चापुर्तिके लिए कार्य करने की शक्ति देती है। शारीरिक एवं बौद्धिक कार्य करने वाली यह नाडी है। यह कार्य घटित होते वक्त ही मस्तिष्क में बायीं ओर अहंकार निर्माण होता है।

❧

❧ प्यार



हमारे सहजयोग में प्यार बहुत शुद्ध है। इसमें कोई गन्दगी नहीं होनी चाहिये। इस प्यार में गन्दगी आ जाए तो सहज का प्यार नहीं। बिल्कुल देने वाला, इसको निर्व्याज कहा गया है। निर्व्याज मने इसमें ब्याज भी नहीं माँगा जाता। ऐसा प्यार मैंने किसे दिया? जब आप सोचेंगे की मैं इतना प्यार करता हूँ/ करती हूँ तो बड़ा आनंद आएगा। न की तब जब की मैं अब बिल्कुल नफरत करता हूँ... वह ऐसा है.... वह ख़राब है.... तब आनंद नहीं आयेगा। आनंद तभी आता है जब हम यह सोचते हैं की ये प्यार का आन्दोलन चल रहा है। बड़ी सुंदर भावना मन में उठती है फिर। और यह सुंदर भावना एक तरह की प्रेरणा स्वरूप होती है। उसका वर्णन तो करना मुश्किल ही है, किंतु उसकी झलक चेहरे पे दिखाई देती है। उसकी झलक आपके शरीर में दिखाई देती है। आपकी गृहस्थी में दिखाई देती है। वातावरण में दिखाई देती है। और सरे ही समाज में दिखाई देती है। इसलिए दोनों समय का ध्यान अवश्य ही सबको करना चाहिये।

- श्री माताजी निर्मला देवी



❧ 'घृणा' शक्तिहीन होती है - सब के लिए विनाशकारी

मेरी समझ में नहीं आता किस प्रकार लोग घृणा करना सीख लेते हैं! मेरे पास तो लोगों को प्रेम करने के लिए ही पर्याप्त समय नहीं हैं! चौबीस घंटे भी मुझे बहुत कम समय लगता है। मैं नहीं जानती कि लोग किस प्रकार बैठकर षडयंत्र रचते हैं और आँखें बंद कर के घृणा करने के तरीके सोचते हैं। घृणा में कोई शक्ति नहीं है, ये तो आपके लिए तथा अन्य लोगों के लिए भी, विनाशकारी है।

इस अवस्था में मैं आपसे अनुरोध करूँगी कि हर समय प्रेम के विषय में सोचें। आप सभी लोगों को चाहिए कि सबको खुले हृदय से स्वीकार करें। मुझे कुछ नहीं चाहिए। मैं चाहती हूँ कि आप लोग खुश रहें। आपकी खुशी के लिए मैं प्रार्थना करती हूँ। मैं आपके लिए जीवित हूँ। चाहे मैं जागृत अवस्था में हूँ या सुप्त अवस्था में, जब भी आप मुझे पुकारते हैं तो मैं आपके साथ हूँ। हर क्षण आप मेरे विचारों में होते हैं।

-परम पूज्य श्री माताजी निर्मलादेवी

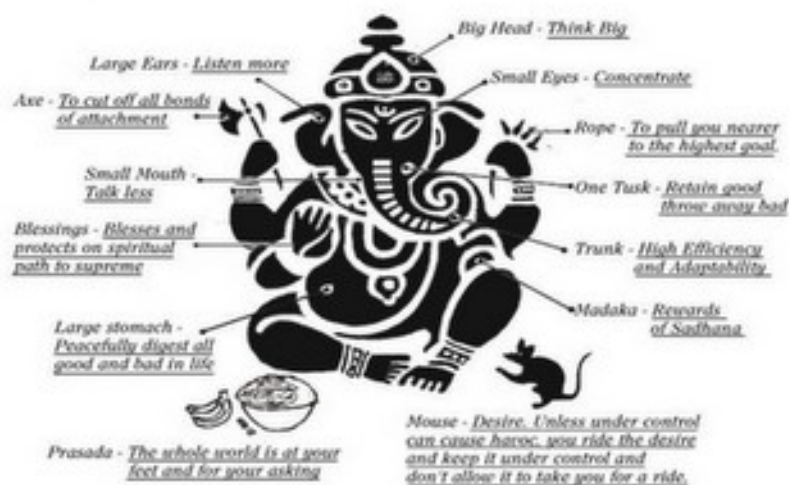
(स्रोत : "अपने प्रेम से पुरे विश्व को परिवर्तित कर दें" पुस्तिका)

❧❧❧ जयदेव जयदेव जय मंगल मूर्ति



सुखकर्ता दुखहर्ता वार्ता विघ्नाची
नुरवी पूर्वी प्रेम कृपा जयाची
सर्वांगी सुंदर उटी शेंदुराची
काँटी झलके माँल मुक्ताफलांची
जयदेव जयदेव जय मंगल मूर्ति
दर्शन मात्र मनः कामना पूर्ति
रत्नखचित फरा तुझ गौरीकुमरा
चंदनाची उटी कुम्कुमकेशारा
हिरेजडित मुकुट शोभतो बरा
रुनझुनाती नूपुरे चरणी घागरिया
जयदेव.....
लम्बोदर पीताम्बर फनिवार्वदाना
सरल सोड वक्रतुंडा त्रिनयना
दास रामाचा वाट पाहे सदना
संकटी पावावे निर्वाणी रक्षावे सुर्वर्वदाना
जयदेव.....

Ganesha Symbolism



जैसे सूरज की गर्मी से जलते हुए तन को

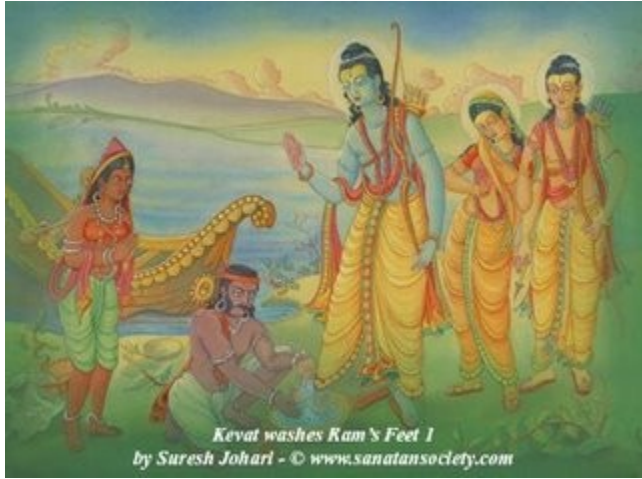


जैसे सूरज की गर्मी से जलते हुए तन को

मिल जाये तरुवर कि छाया
 ऐसा ही सुख मेरे मन को मिला है
 मैं जबसे शरण तेरी आया, मेरे राम
 भटका हुआ मेरा मन था कोई
 मिल ना रहा था सहारा
 लहरों से लड़ती हुई नाव को
 जैसे मिल ना रहा हो किनारा,
 मिल ना रहा हो किनारा
 उस लड़खड़ाती हुई नाव को जो
 किसी ने किनारा दिखाया
 ऐसा ही सुख मेरे मन को मिला है
 मैं जब से शरण तेरी आया, मेरे राम

शीतल बने आग चंदन के जैसी
 राघव कृपा हो जो तेरी
 उजियाली पूनम की हो जाएं रातें
 जो थीं अमावस अंधेरी,
 जो थीं अमावस अँधेरी
 युग- युग से प्यासी मरुभूमि ने
 जैसे सावन का संदेस पाया
 ऐसा ही सुख मेरे मन को मिला है
 मैं जब से शरण तेरी आया, मेरे राम
 जिस राह की मंज़िल तेरा मिलन हो
 उस पर कदम मैं बढाऊं
 फूलों में खारों में, पतझड़ बहारों में
 मैं न कभी डगमगाऊं, मैं न कभी डगमगाऊं
 पानी के प्यासे को तक्रदीर ने
 जैसे जी भर के अमृत पिलाया
 ऐसा ही सुख मेरे मन को मिला है
 मैं जब से शरण तेरी आया, मेरे राम

अब तू मोहे पार करे



कभी कभी भगवान को भी भगतो से काम पड़े,
 जाना था गंगा पार प्रभू केवट की नाव चढ़े,
 अवध छोड़ प्रभु वन को आये, सीया राम लखन गंगा तट आये,
 केवट मन ही मन हर्षाये, घार बैठे परभू दर्शन पाए,
 हाथ जोड़ कर प्रभु के आगे केवट मगन खड़े,
 प्रभु बोले तुम नाव चलाओ, पार हमे केवट पहुँचाओ,
 केवट कहता सुनो हमारी चरण धुल की माया भारी,
 मैं गरीब नेया मेरी माही ना होई पड़े,
 केवट दौड़ के जल भर लाया, चरण धोये चरणामृत पाया,
 वेद ग्रंथ जीस के यश गाये केवट उनको नाव चढाये,

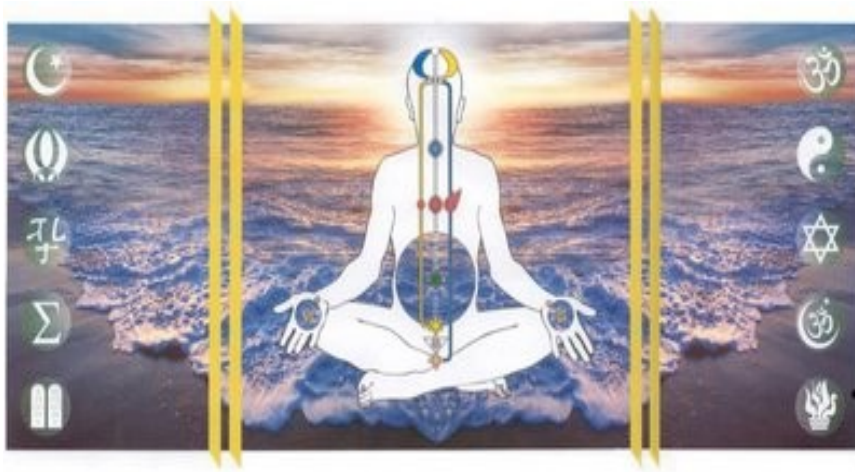
बरसे फूल गगन से ऐसे भक्त के भाग बडे
चली नाव गंगा की धारा सीया राम लखन को पार उतारा,
प्रभु देने लगे नाव उतराई केवट कहे नही रघुराई,
पार किया मैंने तुमको, अब तू मोहे पार करे
❧ श्रीरामचंद्र कृपालु भजु मन



श्रीरामचंद्र कृपालु भजु मन हरण भवभई दारुणम्,
नवकंज-लोचना, कंजमुखा, करा कंजा पदा कंजारुणं!
कन्दर्प अगनित अमित चाविनावा नील-नीरज सुन्दरम्,
पता पीट मानहु ताडिता रूचि शुची नौमी, जनक सुतावरं!
भजु दीनबंधु दिनेश दानव-दैत्य-वंशा-निकन्दनं,
रघुनंद आनंदकंद कोशालाचंद्र दशरथ-नन्दनं!
सिरा मुकुट कुण्डला तिलका चारु उदारु अंगा विभुशनम्,
आजानुभुज शारा-चाप-धारा, संग्राम-जीता-खरा दूषणं!
इति वदति तुलासिदासा शंकर-सेषा-मुनि-मन-रंजनं,
मामा हृदय कंजा-निवास कुरु, कामादि खला-डाला-गंजनं!

❧ भवसागर चक्र

॥ गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णु गुरुर्देवो महेश्वरः । गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्री गुरवे नमः ॥



राग : मालकंस

परिणाम : कैसर, असंतुलन

विराजमान देवता : श्री आदिगुरु दत्तात्रेय

गुण : स्वतः के गुरु बनके संतुलित जीवन पाना

खराबी के कारण : धार्मिक कट्टरता, असत्य वर्तन, मद्यपान

नाभि चक्र के चहुँ ओर भवसागर हैं. जीवन के सभी पक्ष जैसे व्यक्तित्व, ग्रहों एवं गुरुत्वाकर्षण शक्ति का हमारी व्यवहार प्रणाली एवं शारीरिक भरण-पोषण पर प्रभाव आदि के लिए यह जिम्मेदार हैं. यह बाह्य प्रभावों का क्षेत्र हैं. जब हम अंधकारमय अवस्था में होते हैं (आत्मसाक्षात्कार से पूर्व) तब यह उस शुन्यता का प्रतिक हैं जो हमारी चेतना के स्तर को सत्य से पृथक करती हैं. इस रिक्ति को जब कुण्डलिनी भर देती हैं तब हमारा चित्त भ्रम-सागर से निकलकर चेतना की वास्तविकता में प्रवेश करता हैं.

ये दस आदिगुरुओं का चक्र हैं जो मानवता को वास्तविकता एवं सत्य के साम्राज्य में ले जाने के लिए अवतरित हुए. कुण्डलिनी जब इस रिक्ति को भर देती हैं तो वह व्यक्ति स्वयं का गुरु बन जाता है और उसके अंतर्गत प्राकृतिक मर्यादाएं जागृत हो जाती हैं. ऐसा व्यक्ति अत्यंत इमानदार एवं योग्य अगुआ बन जाता है और उसकी सभी अभिव्यक्तियों में गंभीरता होती हैं

❖ मैं जब बोलती हु तो यह मंत्र है, जब मैं नहीं बोलती तब भी मंत्र प्रवाहित हो रहा है



जब आप मुझसे बात करते है तो एक अन्य तरीका है, जैसे कहना 'नहीं श्रीमाताजी।' ये आम बात है, जब मैं कुछ कहती हु तो लोगो के प्रतिक्रिया ये हो सकती है, 'नहीं श्रीमाताजी।' आप समझे की आखिरकार एक पाठ्यक्रम चल रहा है, और जब भी मैं बोलती हु तो ये मंत्र है, और जब मैं नहीं बोल रही होती तब मंत्र प्रवाहित हो रहा होता है। अचानक आप कह उठते 'नहीं श्रीमाताजी' , और इस

प्रकार आप पूर्ण प्रणाली में पीछे के और ले जाने वाली एक लहर का सृजन कर देते हैं। उस समय यदि आप मात्र मुझे सुने के मैं क्या कर रही हूँ, तो मेरा कथन कार्य कर देगा, आपको कुछ नहीं करना पड़ेगा। - परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी (विएन्ना, ०४/०९/१९८३)

❖ मंत्र ऐसे होने चाहिए की जो मशीनवत (**mechanical**) न हों



"आपको चाहिए कि मंत्रों को देखें। मंत्र मशीनवत नहीं होने चाहिए कि आप मशीन की तरह से बोले चले जा रहे हैं। मंत्र हृदय से कहे जाने चाहिए। मंत्र यदि हृदय से नहीं कहे गए तो ये सिद्ध नहीं होते अर्थात् सौ बार उच्चारण करने पर भी इनका कोई प्रभाव न होगा। सिद्ध मंत्र वह होता है उच्चारण करने पर जिसका प्रभाव हो, जो कार्य करें। मंत्र यदि कार्य नहीं करता तो आपका मंत्र अर्थहीन है।

देवी-देवताओं को जागृत करने के लिए आवश्यक है कि आपका मंत्रोच्चारण शुद्ध हो और आपका हृदय इसमें लिप्त हो।"

- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी

❖ मंत्र क्या हैं?

"यह आत्मा की अभिव्यक्ति करने वाले शब्द की शक्ति है। मंत्र मात्र एक विचार होता है जो चैतन्यित है। चैतन्य से परिपूर्ण कोई भी विचार मन्त्र है।" - परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी (विएन्ना, ०४/०९/१९८३)

❖ 'इंगा, पिंगा, ठिंगा' जैसे भयानक शब्द मंत्र नहीं है



" इस देश में एक बहुत बड़ी संस्था है, अन्य सभी स्थानों पर भी ऐसी संस्थाएं हैं जो मन्त्र देती हैं. इसके बारे में सोचें! छः चक्र हैं, जो मूलभूत हैं. इसके अतिरिक्त भी बहुत से चक्र हैं जिनके बारे में मैं आपको बताना नहीं चाहती नहीं तो आप हैरान हो जायेंगे. परन्तु छः मुख्या चक्र और दायें और बाएं के दो चक्र सूर्य और चंद्र के. रीढ़ के निछले छोर पर सातवाँ चक्र है. अतः आप देख सकते हैं की नौ चक्र हैं जो मूल रूप से हमें समझने हैं. और इन नौ चक्रों पे विराजमान नौ देवी-देवता हैं. हर एक व्यक्ति को आप एक ही मन्त्र कैसे दे सकते हैं? मानलो आपको छः दरवाजों से गुजरना है परन्तु आपके पास केवल एक ही दरवाजा पार करने के लिए आज्ञा-पत्र है - पाँचवे दरवाजे का, और आप पहले दरवाजे पर हैं - तो किस प्रकार आप पहले दरवाजे को पार करेंगे? इन लोगों को इसकी कोई समझ नहीं है. उन्होंने ऐसे भयानक मन्त्र दिए के मैं हैरान थी! एक है 'ठिंगा', जिसका मतलब है अंगूठा दिखाना. ऐसे मंत्रों की क्या आप कल्पना भी कर सकते हैं? ऐसा शब्द बोलना भी कितना हास्यापद है. इंगा, पिंगा, ठिंगा जैसे भयानक शब्दमंत्र हो ही नहीं सकते. ये सारी मुखता हैं. ये सब लुटेरे बैठे हुए हैं. आपके कान में वे मन्त्र देते हैं और कहते हैं कि इसे किसी अन्य को नहीं बताना. मैं आश्चर्यचकित थी कि अंत में तो वे 'डिम्बवाही नली' (Fellopian Tube) का मंत्र देने से भी नहीं हिचकिचाएं. मैंने कहा, क्या? डिम्बवाही नली! ये मंत्र कैसे हो सकता है? और हम ये मंत्र लेते हैं, इनके लिए पैसे देते हैं! लोग इन मंत्रों के लिए तीन हजार पौंड तक दे चुके थे. तीन हजार पौंड के बदले में उन्हें एक हफ्ते तक खाने के लिए उबले आलूओं का पानी दिया गया. पाँच दिनों तक सिर्फ वो पानी पिये को दिया गया. एक दिन आलूओं के छिलके और एक दिन उबले हुए आलू ताकि वे दुर्बल हो जाएँ और उनका मस्तिष्क काम न करें तथा आसानी से उन्हें सम्मोहित किया जा सके. इन भयानक गुरुओं से आप लोग सावधान रहे. - परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी (मैकेबियन हॉल, ऑस्ट्रेलिया, २२/०३/१९८१)

पूर्ण समर्पण - एकमेव



मैं भ्रन्तिरूप (ILLUSIVE) हूँ - यह सत्य है - मेरा नाम महामाया है। निःसंदेह मैं भ्रन्तिरूप हूँ। परन्तु मेरा ये भ्रन्तिरूप केवल आप लोगों को परखने के लिए है।

समर्पण उत्थान का महत्वपूर्ण अंग हैं। क्यों? क्योंकि जब भी आप भय की स्थिति में फंसे होते हैं, जब आपके अस्तित्व को खतरा होता है, ऐसे समय पर जब की पुरा विश्व आधार-विहीन स्थिति में है और पूर्ण विनाश को ओर बढ़ रहा है, यह अत्यंत आवश्यक हो गया है की आप किसी ऐसे आधार को पकड़ लें जो आपकी रक्षा कर सके। पुरी शक्ति और श्रद्धा के साथ आपको इस अवलंबन को पकड़े रहना होगा।

हममें जब बाधाएं आती हैं और जब हम नकारात्मकता से घिरे होते हैं तो हमें इसका आभास हो जाता है और हम थोड़े से हडबडा जाते हैं। यह ऐसा समय होता है जब हम अपने आधार को कसकर पकड़ना चाहते हैं परन्तु बाधाएं हममें ऐसे विचार पैदा कर देती है जो अत्यंत हानिकारक होते हैं। इस प्रकार एक बहुत बड़े संघर्ष का आरम्भ हो जाता है। ऐसी स्थिति में सर्वोत्तम उपाय क्या है? अन्य सभी चीजों को भूल जाना ही सर्वोत्तम उपाय है। भूल जाइये के आप भुतबाधित हैं या आपमें कोई बाधाएं हैं। अपनी पुरी शक्ति के साथ, जितनी भी शक्ति आपमें हैं, आपने मुझसे जुड़े रहना है। - श्री माताजी निर्मला देवी (३१/०७/१९८२)

🌸 किस प्रकार हमारा सरस्वती तत्व महासरस्वती तत्व बनता हैं



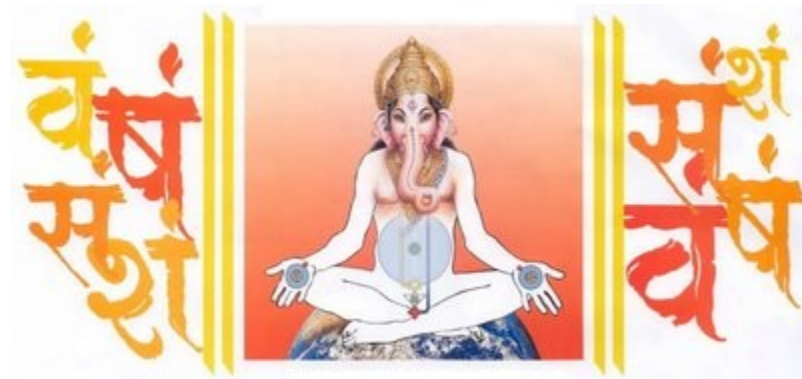
"हिंदू, मुस्लमान, इसी, ब्रम्हासमाजी आदि होने की भावनायें आधारहीन हैं। आप मानव के अतिरिक्त कुछ भी नहीं। मानव रूप में ही आपका जन्म हुआ हैं। आपने अपने नामों के साथ अलग अलग ठप्पे लगा लिए हैं। न आप बंगाली हैं, न आप मराठी हैं, केवल मानव हैं। नाम पर ठप्पे लगाकर आप समस्याओं को बढ़ावा देते हैं। ये ठप्पा आपके लिए इतना महत्वपूर्ण हो जाता हैं की इससे आगे आपको कुछ दिखाई नही देता। ये बंधन जब तक समाप्त नही होता ये अन्धता नही जा सकती क्योंकि आप हर चीज को ऐसे देखते हैं मानो केवल आपका ही रास्ता ठीक हैं। पश्चिम में तो ये समस्या और भी अधिक हैं। उनके मस्तिष्क में यदि कुछ डाला जाए और बताया जाए कि वे अच्छे हैं तो आँखें बंद करके वे उनका अनुसरण करने लगते हैं। वहां के आलोचक भी सभी प्रकार कि कला की अंधाधुन्द आलोचना करते हैं। एक आलोचक दुसरे आलोचक को नकारता है, आपके अंदर से, आपके मस्तिष्क से कुछ भी नहीं निकलता। बहार के लोग जो आपके दिमाग में भर देते हैं वाही आप स्वीकार कर लेते हैं। सभी ने ठप्पे लगाये हुए हैं। इसके द्वारा अहं बढ़ता है और व्यक्ति सोचता है कि उसका व्यक्तित्व अत्यन्त महान है और यह अद्वितीय है। सामूहिकता से हटकर व्यक्ति मात्र बन जाता है। सच्चाई ये है कि हम सब एक हैं, एक विराट, एक पूर्णत्व। जब आप

इसके विपरीत चलते हैं तो व्यक्तिवादी बन जाते हैं तथा सामूहिकता से और अधिक दूर हो जाते हैं। यह ठीक है कि एक पत्ता दुसरे पत्ते से भिन्न होता है परन्तु सभी पत्ते एक ही पेड़ पर होते हैं, वे सभी विराट के अंग-प्रत्यंग होते हैं। जब हम स्वयं को सामूहिकता से अलग कर लेते हैं तो सरस्वती तत्व महासरस्वती तत्व नहीं बनता।

महासरस्वती तत्व में जब आप रहते हैं तो देखने लगते हैं कि आप विराट हैं और हम सब एक हैं। कलाकार जब कोई सृजन करता है तो व्यक्ति उसे हृदय से स्वीकार करता है। सरस्वती का कोई भी कार्य जब हम करते हैं तो यह परमात्मा को समर्पित होना चाहिए। जब ऐसी भावना होगी तो वह कलाकृति अमर हो जायेगी। परमात्मा को समर्पित कि गई सभी कवितायें, संगीत, भजन एवं कलाकृतियाँ आज भी जीवित हैं। आधुनिक फ़िल्म संगीत आता है और चला जाता है परन्तु कबीर और ज्ञानेश्वर की कृतियाँ आज भी याद कि जाती हैं। अपने आत्म-साक्षात्कार के कारण उन्हें महासरस्वती शक्ति प्राप्त हो गई थी। उसके प्रकाश में उन्होंने जो भी सृजन किया वह अद्वितीय बन गया। ये ऐसी रचनाएँ थी जिन्होंने विश्व को एक सूत्र में बांधा। व्यक्ति को केवल सरस्वती तत्व पर ही नहीं चलते रहना चाहिए क्योंकि यह व्यक्ति को सीमित करता है। सरस्वती तत्व से उसे महासरस्वती तत्व तक पहुँचना चाहिए। सरस्वती तत्व यदि बीज हैं तोह महासरस्वती तत्व पेड़ हैं। इस बीज को जब तक आप महासरस्वती नहीं बनाते तब तक आप महालक्ष्मी से एकरूप नहीं हो सकते। महालक्ष्मी के वरदान से आप आत्म-साक्षात्कार प्राप्त करते हैं। ये तीनों, अर्थात् महालक्ष्मी, महासरस्वती और महाकाली आज्ञा चक्र पे मिलती हैं।

- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी
(कलकत्ता, ०३/०२/१९९२)

❖ मूलाधार चक्र



स्वर – सा ग्रह – मंगल देवता - श्री गणेशा तत्त्व - भूमि तत्त्व, कार्बन

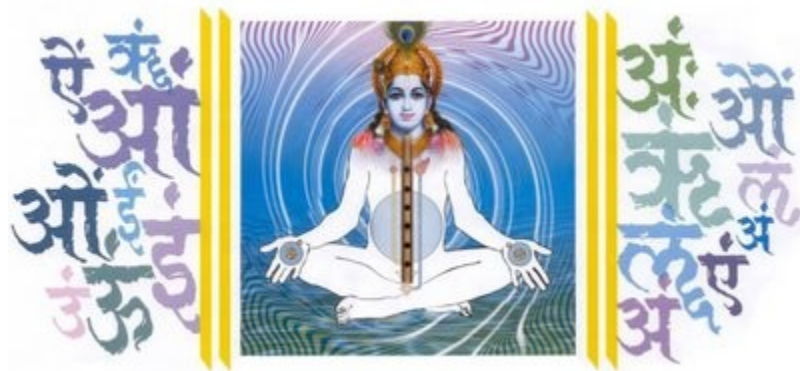
बीजाक्षरें - वं, शं, षं, सं राग - बिलावल, शामकल्याण कार्य - विसर्जन, संतान उत्पत्ति शारीरिक भाग - प्रोस्टेट ग्लैंड्स शरीर में स्थान - रीढ़ की हड्डी के निचले हिस्से में चक्र के बिघाड से आने वाले दोष - लालची स्वभाव, अधार्मिक स्वभाव गुण - पवित्रता, निरागसता, अबोधिता, सुज्ञता, आत्मविश्वास, दिशाओं का ज्ञान खराब होने के कारण - चालाखी, हेराफेरी, मुक्त एवं अनैसर्गिक यौन सम्बन्ध, तांत्रिक प्रयोग, अश्लील वाङ्मय वाचन

परिणाम - यौन सम्बंधित रोग, ऐड्स, शारीरिक और मानसिक कमजोरी, संतान प्राप्ति में समस्याएं

विवरण - मूलाधार चक्र के चार पंखुडिया हैं और उनकी स्थापना त्रिकोनाकृति अस्थि के निचे के हिस्से में हैं। शारीरिक स्तर पर पेल्विक प्लेक्सस के द्वारा इस का कार्य चलता है। मूलाधार चक्र कुण्डलिनी शक्ति का रक्षण का कार्य करते हैं।

❧ विशुद्धि चक्र

॥ वसुदेव सुतं देवं, कसंचारणूरमर्दनम् । देवकी परमानन्दं कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥



स्वरः पग्रहः शनि वारः शनिवार तत्त्वः आकाश तत्त्व
रागः जयजयवंती गुणः संपर्क कुशलता, सत्यनिष्ठ, व्यवहार कुशलता, विनम्रता, कूटनितिज्ञता, माधुर्य, साक्षीभाव, सभी के लिए निरासक्त प्रेम नियंत्रित अंगः मुँह, कान, नाक, दात, जिह्वा, मुखाकृति, ग्रीवा तथा वाणी विराजमान देवताः मध्य अनाहतः श्री राधा-कृष्ण दायौ अनाहतः श्री विठ्ठल-रखुमाई और यशोदामाता बाया अनाहतः श्री विष्णुमाया मेरुरज्जु के ग्रीवा क्षेत्र (Neck Region) में स्थापित सोलह पंखुडियों वाला ये चक्र विशुद्धि चक्र कहलाता है। यह ग्रीवा चक्र (Cervical Plexus) के अनुरूप है जो नाक, कान, गला, गर्दन, दात, जिह्वा, हात एवं भाव भंगिमाओं (Gestures) आदि के कार्यों को नियमित करता है। ये चक्र अन्य लोगों से संपर्क के लिए जिम्मेदार है क्योंकि इन्हीं अंगों के माध्यम से हम अन्य लोगों से संपर्क स्थापित करते हैं।

शारीरिक स्तर पर यह गल-ग्रंथि (Thyroid) के कार्य को नियंत्रित करता है। कटुवाणी, धुम्रपान, बनावटी व्यवहार एवं अपराध-भाव इस केन्द्र को अवरोधित करते हैं।

कुण्डलिनी जब इस चक्र का भेदन करती है तो व्यक्ति अपने व्यवहार में अत्यन्त सत्यानिष्ठ, कुशल एवं मधुर हो जाता है और व्यर्थ के तर्क-वितर्क में नहीं फँसता। बिना अहम् को बढ़ावा दिए परिस्थितियों पर नियंत्रण करने में वह अत्यन्त युक्ति-कुशल हो जाता है।

❧ विश्व निर्मला धर्म क्या है



"अपने श्याम के ध्यान मैं आपको पूछना चाहिए, " मैंने सहजयोग के लिए क्या किया?" केवल एक यही प्रश्न। मेरे जेसे या श्री कृष्ण जैसा व्यक्ति ये भी नहीं सोचता के हम कुछ कर रहे है। तो हम क्या पूछ सकते है? मैं यदि अपने बारे में विश्लेषण करू या सोचु तो मैं खो जाती हु। ये मेरी शक्ति से परे है। परन्तु बेहतर होगा के आप अपने आप को समझे। जहा तक मेरा सम्बन्ध है, मैं सोचती हूँ के जब तक मेरा जीवन है, मैं नहीं जानती - हो सकता है मैं हमेशा जीवित रहूँ, मैं हमेशा भी जीवीत रह सकती हु, परन्तु जब तक मैं पृथ्वी पर हु, मैं ये देखूंगी के सहजयोग पुर्णतः स्थापित हो गया है। आप लोगो से मेरा ये वचन है। 'संस्थापनार्थयः', धरम को पुनः स्थापित करने के लिए परमात्मा बार - बार अवतरित होते हैं, केवल धर्म ही नहीं, विश्व निर्मला धर्म, जो मानव रचित सामान्य धर्मों से कही अधिक उचा धर्म है। विश्व निर्मला धर्म बहुत कम समय मैं स्थापित हो जाएगा।

(परम पूज्य श्री माताजी, इपेविच, U.K. १९.०८.१९९०)

☞ शरीर परमात्मा का मन्दिर है और आपने अपने स्वास्थ्य की देखभाल करनी हैं



हर देश में कुछ विशेषता है जिसके कारण व्यक्ति को स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याएं आती हैं। अतः सहजयोगी होने के नाते व्यक्ति को समझना चाहिए कि स्वास्थ्य अत्यन्त महत्वपूर्ण हैं। यह शरीर परमात्मा का मन्दिर है। अतः आपको अपने स्वास्थ्य कि देखभाल करनी होगी। आप यह भी जानते हैं कि जब कुण्डलिनी उठती है तो पहली घटित होने वाली घटना आपके स्वास्थ्य का ठीक हो जाना है। क्योंकि आपका परानुकम्पी (Parasympathetic) तंत्र कार्यान्वित हो जाता है। परानुकम्पी, व्यक्ति को ज्योति प्रदान करता है जिसका प्रवाह अनुकम्पी (Sympathetic) तंत्र में होता है तथा व्यक्ति का स्वास्थ्य अच्छा हो जाता है। - परम पूज्य श्री माताजी (कैक्सटन हॉल, लन्दन, १०/१२/१९७९)

सहजयोगी यदि ध्यान धारणा करें और स्वयं को पूर्ण शान्ति में बनाए रखें और पूरी तरह से समर्पित रहें तो उन्हें कुछ नहीं हो सकता।



सहस्रार चक्र

॥ नमस्तेस्तु महामाये श्रीपीठे सूरपूजिते, शंख, चक्र, गदा, हस्ते श्री निर्मलादेवी नमोस्तुते ॥



स्वर:नी ग्रह:चंद्र वार:सोमवार तत्त्व :सर्व तत्व रत्न:मोती राग:दरबारी और भैरवी गुण : निर्विचारिता, निरानंद, परमशांती, आत्मसाक्षात्कार, सामूहिक चेतना और आनंद नियंत्रित अंग :तालू क्षेत्र विराजमान देवता : श्री माताजी निर्मला देवी मस्तिष्क या तालू क्षेत्र स्थित हजार पंखुडियों वाला ये चक्र सहस्रार चक्र कहलाता है। वास्तव में इसमें एक हजार नाडियाँ हैं। आप यदि मस्तिष्क को आड़ा काटें तो सुंदर पंखुडियों की शकल में सहस्रदल कमल बनाती हुई इन नाडियों को आप देख सकते हैं। आत्मसाक्षात्कार से पूर्व बंद-कमल की तरह ये चक्र मस्तिष्क के

तालू क्षेत्र को आच्छादित करता हैं।

जागृत होकर कुण्डलिनी जब इस चक्र का भेदन करती हैं तो सारी नाडियाँ भी जागृत हो जाती हैं और सभी नाडी केन्द्रों को ज्योतिर्मय करती हैं और हम कहते हैं के व्यक्ति आत्म-साक्षात्कारी (ज्योतिर्मय) हैं। तालू क्षेत्र का अधिक भेदन करके कुण्डलिनी ब्रम्हांड में एक मार्ग खोलती हैं और इस हम सर पे शीतल चैतन्य-लहरियों के रूप में अनुभव करते हैं। यह योग का वस्ताविकरण हैं, परमात्मा की सर्वव्यापी शक्ति से एकाकारिता (आत्म-साक्षात्कार)।

❧ श्री कृष्ण के अवतरण ने किस प्रकार परिवर्तित किया



श्री कृष्ण जब पृथ्वी पर आए तो उन्होंने कहा कि यह सब लीला है। यह सब खेल है। परन्तु इसमें लिप्त रहने के कारण आप इस खेल को नहीं देख सकते। परन्तु यदि आप उन्नत होंगे - पानी में यदि आप हैं तो आपको पानी का डर लगेगा, परन्तु यदि नाव में बैठ जाएं तो वहाँ से पानी को देख सकेंगे और यदि तैरना आता है तो अन्य लोगों को भी डूबने से बचा पाएंगे। अतः वे कहते हैं यदि आप साक्षी अवस्था विकसित कर लें, साक्षी स्वरूप बन जाएं, तब साड़ी चीजों को नाटक के रूप में देखेंगे। तब कोई चीज़ आपको प्रभावित नहीं करेगी। किसी चीज़ कि आपको चिंता नहीं होगी। समस्याओं को आप देखेंगे, परन्तु क्योंकि आप इनसे ऊपर हैं इसलिए आप इन्हे हल कर सकते हैं। ये उनका महान अवतरण था, जिसमें उन्होंने उत्क्रांति की ओर पहला कदम सिखाया के आपको साक्षी बनना है। आपको साक्षी बनना है।

- परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी
(कबैला, इटली, १६/०८/१९९२)
बगैर उसमे संतुलन नही आ सकता। उसमें सच्ची सामूहिकता नहीं १

१ सुषुम्ना नाडी



देवता : श्री महालक्ष्मी विराट में स्थान : सरस्वती नदी गुण : सत्वगुण, वर्तमानकाल वैज्ञानिक नाम : Para-Sympathetic Nervous System सूक्ष्म गुण : अस्तित्व, आविष्करण, प्रकटीकरण, धर्म, उत्क्रांति, ज्ञान शक्ति शरीर में स्थान : पावन अस्थि से लेके सहस्रार तक विवरण : यह नाडी हैं मनुष्य के उन्नति की मार्ग की नाडी ।

११ स्वाधिष्ठान चक्र

॥ या कुन्देन्दु तुषारहार धवला, या शुभ्र वस्त्रावृता । या वीणा वर दंड मण्डितकरा, या श्वेत पद्मासना ।
या ब्रह्माच्युत शंकर प्रभूतिभिर्देव्यैः सदा वन्दिता । सा मां पातु सरस्वती, भगवती निःशेष जाड्या पहा ॥



राग-तोड़ी, यमन बीजधारें - बं, भ, मं, यं, रं, लं
 देवता-श्री ब्रम्हदेव सरस्वती गुण - निर्मल विद्या एवं निर्मल इच्छा चित्त
 शरीर में स्थान - मूलाधार के ऊपर और नाभि के निचे, किडनी, यकृत
 स्वभाव के वजह से चक्र में आने वाले दोष - बहोत अतिरेकी स्वभाव
 कार्य - गर्भपेशी, किडनी, लीवर इन सबका नियंत्रण करना, मस्तिष्क को सोचने के शक्ति देना
 खराबी आने की वजह - बहोत ज्यादा सोचना, अति-नियोजन, तम्बाखू एवं अति दवाई का सेवन
 करना, भविष्यके बारे में बहोत ज्यादा सोचना, अहंकारी स्वभाव, अगुरु (ढोंगी गुरु) एवं तांत्रिक लोगो
 के पास जाना।
 परिणाम - मधुमेह, गँसेस, अशुद्ध चित्त, किडनी और लीवर से सम्बंधित रोग आदि।

विवरण - स्वाधिष्ठान चक्र के छह पंखुडिया हैं और शारीरिक स्तर पर वह आर्टिक प्लेक्सास का कार्य करते हैं। निर्मिती के लिए, सोचने के लिए, भविष्य के बारे में सोचने के लिए यह केन्द्र मस्तिष्क को शक्ति पोहोचता हैं।

चित्त का स्थान केवल मस्तिष्क में नहीं बल्कि लीवर में होता हैं इसी लिए मद्यपान करने से मानवी चित्त घुमातारहता हैं और लीवर में बिघाड हो जाता हैं। इस चक्र के बाएँ तरफ़ शुद्ध विद्या का स्थान हैं। इस का नियंत्रण शुद्धज्ञान देने वाले देवता करते हैं जिसके वजह से हम में सौंदर्य दृष्टी विकसित होती हैं।

Acceptance - स्वीकार करना

यह आपके अहंकार को अच्छेसे दूर करेगा... कुछ ग़लत भी हो जाए तो भी उसे स्वीकार करे। जैसे के अगर आप रास्ता भूल जाए तोह आप को दुसरे लोगो की तरह नहीं सोचना चाहिए... बल्कि आपको यह सोचना चाहिए के "क्यों? हनुमान जी मुझे यहा कोई अच्छे हेतु से ही ले के आए होंगे...", उसे स्वीकार करे... उस परिस्थिति को स्वीकार करे। जब आप परिस्थिति को स्वीकार कर लेते है तब आप अपने आप को देवताओ के हाथ मे दे देते है, जो आपको सही मार्ग दिखायेंगे। (८८०७१०)

अगर कोई आपसे कहता है के आप बहोत गुस्सेवाले है... तोह उसे स्वीकार करे... यह बहोत अच्छी बात है के कोई है जो आपको यह बता रहा है। अगर आपको कोई कंजुष बोलता है तोह उसे स्वीकार करे... आपको स्वीकार करके अपनेआप मे बदलाव लाना चाहिए। अगर आप नहीं बदलना चाहते तोह बेहतर होगा के आप छोड़दे... यह सबसे महत्वपूर्ण बात है। (८१०९०४) - जय श्री माताजी -